

Band III. Juni 1905. Heft 18.

Armut schändet.

Von Anna Van Vredenburgh.

Sollte Armut und unausgesetzte erfolglose Arbeit nicht doch erniedrigend füf einen Menschen sein? Je mehr man über diese Frage nachdenkt, desto mehr neigt man dazu, sie zu bejahen. Armut ist ein Resultat der Furcht, die abzuschütteln jeder die Macht hat, der es weiß, wie man es anfängt. Das Mittel, die Furcht loszuwerden und somit aus der Armut herauszukommen, besteht darin, seinen Geist, seinen Willen so zu trainieren, daß er schlechte Denkgewohnheiten aufgibt und sich gute, vorteilhafte aneignet. Armut ist „heilbar", wenn wir es lernen, die geistigen Vorgänge in uns zu kontrollieren und die spirituellen Kräfte zu entwickeln. Wir müssen unser wahres Selbst erkennen, es richtig schätzen und ihm eine würdige Haltung verleihen. Erkenntnis und Haltung sind die beiden einfachen Worte, deren Macht größer ist, als wir ahnen. Suche also vor allem die Furcht und Verzagtheit zu bannen. Schleiche nicht scheu und zitternd umher, sondern raffe dich zum Selbstbewußtsein auf und sage dir immer von neuem, daß du dasselbe Anrecht auf Erfolg und Glück im Leben hast wie andere Menschen; vorausgesetzt, daß du tauglich und rechtschaffen tätig bist. Verlange dann energisch das, was dir zusteht. Lasse dich von niemandem einschüchtern. Kein Mensch, und befände er sich in noch so hoher Lebensstellung, hat das Recht, dich zu demütigen. Die Macht und Kraft dazu, dich von Armut und bedrückenden Zuständen zu befreien, schlummern in dir. Erwecke und gebrauche sie, dann werden die mißlichen Verhältnisse wie dunkle Wolken vom Antlitz der Sonne verschwinden.

Herbstgedanken.

Von Uriel Buchanan.

Wenn wir es nie gelernt haben, allerlei störend auf uns einwirkende Einflüsse zu ignorieren und einzusehen, wie nutzlos der mit materiellen Hilfsmitteln geführte Kampf um Glück und Zufriedenheit ist, dürften wir auch nie imstande sein, aus den Verwicklungen und Wirnissen, in die uns die peinlichen Folgen der Unwissenheit verstrickt haben, herauszufinden. Töten wir in uns den Wunsch nach beständiger Abwechslung, nach den veränderlichen Glückszufällen des Irdischen und bemühen wir uns, alle unsere Gedanken auf das Ewige zu konzentrieren, dann dürften wir die Umstände an uns heranziehen, die eine Verwirklichung wahrer Glückseligkeit ermöglichen. Solange wir in dem Wahn leben, daß unser Glück von äußeren Verhältnissen, von günstigen Zufällen und von unsrer Umgebung abhängig sei, werden wir uns gefesselt und unbefriedigt fühlen. Ein weiser Mann sagte, daß „zahllose Wünsche und Begierden mit einem uferlosen Ozean zu vergleichen wären, bei dessen Anblick einen Furcht und Verzweiflung übermannen". Wenn wir viele noch unerfüllte Wünsche haben, kümmern wir uns kaum darum, wie strahlend heiter der gegenwärtige Tag ist, wie viel Schönes, Verheißendes uns umgibt; unser Geist ist verwirrt, unser Blick getrübt. Die Schatten einer traurigen Vergangenheit ängstigen uns und wir fürchten, die Zukunft könne schwere, düstre Wolken über uns entladen. Wir werden von unzähligen kleinlichen Wünschen gequält und wir überhäufen uns mit Selbstvorwürfen, die oft gar keine Berechtigung haben. Besinnen wir uns nur darauf, daß eine einzige gute Handlung, die wir heute ausführen könnten, frühere Irrtümer und Fehl-

griffe gutzumachen vermag und gleichzeitig den Samen zu einer guten Saat ausstreut.

Im Herzen der Menschheit lebt fast allgemein die Sehnsucht nach Frieden. Diese Sehnsucht gleicht einer Stimme, die wohl ab und zu schweigt, aber nie erstirbt. Sie mahnt immer von neuem, nach höheren Idealen zu streben; sie ist der göttliche Strahl, der unsre stumpfen Sinne belebt und sie befähigt, die Gegenwart des Unendlichen zu empfinden und unsre individuelle Erhabenheit zu manifestieren. Wir sollten es lernen, von unserm innersten Mittelpunkt heraus zu denken und zu fühlen; er ist der Ursprung aller menschlichen Macht. Dieser Mittelpunkt ist eine Sonne, die unsern Geist durchleuchtet und durchwärmt. Unser Sonnenzentrum entdecken und erkennen wir nur, wenn wir imstande sind, uns zu konzentrieren, tief und ernsthaft nachzudenken, unsre Wünsche rein zu erhalten und unsre Absichten edel.

Im physischen Organismus des Menschen befinden sich viele kleinere und größere Kraftzentren, die sogenannten Nervengeflechte. Das vollkommenste und komplizierteste Geflecht von Nervenfäden und Nervenzellen ist das Gehirn, das uns die gewaltigen Gefilde des Geistes erschließt. Stellt dieses Kraftzentrum seine Funktionen ein, dann bleiben dem Menschen geistige Helle und Inspiration, Erhebung und Phantasie versagt und er sinkt sofort zum Niveau des Tieres herab.

Das unser ganzes Sein erwärmende Sonnenzentrum, der Quell aller tiefen Empfindungen liegt im Herzen, dem auch das zärtlichste und mächtigste aller Gefühle, die Liebe, entspringt. Liebe ist das Öl, das die Flamme des Verstandes nährt; und dieses flammende Licht erleuchtet den Pfad, der den Menschen zu Freiheit und Macht führt. Intensität der Liebe verleiht die Fähigkeit, Freude und Schmerz viel tiefer zu empfinden. Der Schmerz ist notwendig, um den Menschen zu läutern. Nur durch Leiden gelangt man zur Erkenntnis begangener Irrtümer und ringt sich zu dem festen Entschluß durch, sich geistig von allen Fesseln zu befreien. Ein entschlossener Wille, verbunden mit intensivem Fühlen und Denken, ist in der Tat imstande, uns aus der Sklaverei zu erlösen, in die uns eine ungeeignete Umgebung hineingezwungen hat. Die Oberhoheit des Geistes sollen wir uns beständig vergegenwärtigen, seine Macht anerkennen und betätigen, so oft sich eine Gelegenheit bietet. Durch kein äußerliches Geschehnis sollen wir uns ernsthaft beeinflussen lassen. Wir sollen Herr sein über alle Gemütsbewegungen und uns an nichts hängen, was uns im Fortschritt hindern könnte.

Von materiellen Neigungen müssen wir uns befreien, materielle Instinkte unterdrücken. Physische Dinge dürfen keine Macht über uns haben; wir müssen unabhängig bleiben von allem, was uns zu tieferen Regionen herabziehen würde. Haben wir uns erst zu einem höheren Niveau aufgeschwungen, so müssen wir mit aller Energie darauf bedacht sein, nicht wieder zu sinken. Man kann nichts wahrhaft Großes im Leben erreichen, wenn man seine Wünsche nicht vollkommen in der Gewalt hat. Wir sollen Wünsche und Sehnsucht in uns nicht etwa ersticken, sondern ihnen nur das richtige Ziel anweisen. Es muß in unsrer Gewalt liegen, die Kraft, mit der wir bisher zahlreiche unwürdige Wünsche gehegt haben, dazu aufzuwenden, hohen Idealen nachzustreben. Immer sollen wir uns daran erinnern, daß unser Wille Herrscher über unsre Sinne ist und daß diese niemals zu rebellieren wagen dürfen. In allen unsern erhabenen Wünschen aber muß einsichtsvolle Vernunft schweigend die Führung übernehmen, damit wir unsre Hoffnungen auf nichts richten, das außerhalb der Grenzen des Möglichen liegt.



Schlichte Lebensweise.

Von Elizabeth Towne.

Wie das Blut in den Arterien und Adern zirkuliert, indem es allen Teilen des physischen Organismus materielle Nahrungsstoffe zuführt, so strömt die Gedankenkraft in den Nerven und trägt das geistige Feuer herbei, das zur Bildung und Entfaltung unsres höheren „Ich“ notwendig ist, das Materie in geistige Form umzuwandeln vermag.

Die meisten Krankheiten, körperliche wie psychische und geistige, sind die naturgemäße Folge einer Verstopfung der Adern oder der Nerven, wenn nicht beider zugleich. Denn eine Stockung des Blutumlaufs veranlaßt in der Regel auch ein Stocken und Stagnieren der Nervenkraftströme. Der Genuß schwer verdaulicher Nahrungsmittel in größeren Quantitäten, als sie verbraucht und wieder abgesondert werden können, macht das Blut dickflüssig und träge und untersetzt es mit Klümpchen, die sich an jeder Biegung der Blutgefäße zusammenballen und die freie Zirkulation behindern. Wenn ein Strom in solchen Zustand gerät, muß alle Schiffahrt eingestellt werden, bis die Hindernisse durch Ausbaggern fortgeschafft worden sind. Wird der menschliche Körper mit derart die Arterien verstopfenden unverbrauchten Nahrungsbestandteilen vollgepfropft, dann treten Entzündungen und Gärung ein, der ganze Organismus erkrankt mehr oder minder schwer und der Arzt verabfolgt blutreinigende Purgativmittel, die auch bald eine Besserung herbeiführen.

Es ist ohne Zweifel nicht leicht, die Zufuhr an schweren Speisen so zu regulieren, daß eine Verstopfung der Blutgefäße vermieden wird. Wenigstens ist es dann nicht leicht, wenn man daran festhält, drei bis vier reichliche Mahlzeiten am Tage einzunehmen, ganz gleich, ob man sich hungrig fühlt oder nicht, und so lange alles mögliche geschieht, um den Appetit durch die verschiedensten pikanten und stark gewürzten Gerichte zu reizen.

Wilde Tiere müssen sich ihre Nahrung stets erst erbeuten, ehe sie zu einem Mahl kommen, und dann besteht dieses meist nur in einem einzigen „Gang“. Sie haben ihren Körper tüchtig angestrengt, bevor sie ihm die Speise zuführen. Und Hunger, wirklicher, echter Hunger ist es, der sie dazu treibt, sich etwas zu erjagen. Von solchen wilden Bestien könnte der zivilisierteste Mensch lernen. Würde auch er erst sich selber abmühen müssen, und zwar mit dem Abmühen nicht eher anfangen, bis er Hunger verspürt, dann brauchte er niemals über die peinigenden Konsequenzen träger Blutzirkulation zu klagen. Das Tier bringt sein Blut in Wallung, bevor es den Körper mit neuer Nahrung versieht, und da sind alle Kanäle frei und bereit, frische Zufuhr hindurchzulassen. Löwe und Tiger, Adler und Kondor, wie alle andern gefiederten und vierbeinigen Raubgesellen der Wildnis kennen keine Magenüberladung und Blutverdickung.

Wer es fühlt, daß mit seinem Blut und seinen Nerven nicht alles in bester Ordnung ist, versuche es einmal mit dem Fasten und nach eingetretener Besserung mit einer schlichteren Lebensweise, als die bisher eventuell gewohnt gewesene. Hast du dich früher zu bestimmten Stunden etwa 4 bis 5mal täglich zu opulenten Mahlzeiten ohne Hunger, ja oft ohne den geringsten Appetit zu Tisch gesetzt, um von diesem und jenem verlockenden Gericht „ein wenig“ zu kosten, was aber für deinen überfüllten Körper immer noch viel zu viel wurde, dann lasse in Zukunft mindestens zwei Mahlzeiten ganz aus und halte dich bei den andern meist an Früchte und Gemüse. Viel Fleisch und alle möglichen Mehlspeisen sind unbedingt vom Übel. Warte auch ab und zu mit dem Essen bis tatsächlich ein Hungergefühl sich in dir regt, was aber durchaus nicht mit dem meist nur künstlich erzeugten Appetit zu vergleichen ist. Der Hunger darf als der unfehlbare Ratgeber in bezug auf das, was man essen und wie oft man essen soll, betrachtet werden. Er ist die wahre Stimme der gereinigten und empfangsbereiten Arterien, die dem wartenden Körper neuen Nährstoff zuführen wollen. Appetit dagegen ist der weinerliche Ruf eines unruhigen Magens und überreizter Blutgefäße, die daran gewöhnt worden sind, sich zu bestimmten Tageszeiten zu melden.

Die meisten Menschen sind die Sklaven eines verdorbenen Appetits; sie haben vielleicht nie in ihrem Leben, wenigstens seit der Kindheit nicht, das Gefühl wahren Hungers empfunden und den Genuß kennen gelernt, mit echtem Appetit zu essen.

Die Verstopfung der Arterien und Adern hat zur Folge, daß sich auch in Nerven und Hirn Stockungen bemerkbar machen. Für einen Menschen mit trägem Blutumlauf, verstimmtem Magen und sonstigen physischen Beschwerden ist es ganz unmöglich, gute und erhabene Gedanken zu denken. Die zusammengeballten Klümpchen in den Blutgefäßen pressen gegen die Nerven und verhindern das ungezwungene Strömen der Gedanken. Und nur vollständig freie Gedanken können erhaben und richtig sein.

Ein Mensch mit dickem Blut und verstopftem Organismus kann nur be-

schränkte, negative Gedanken haben. Er kann nichts gegen das Entstehen solcher Gedanken tun. Seine Nerven sind zusammengepreßt, er ist hochgradig nervös — wie die Ärzte sich ausdrücken —, doch werden seine „schwachen Nerven", seine „Nervosität" geheilt sein, sobald die in seinem in Unordnung geratenen, mit überschüssigen Nährstoffen vollgepfropften physischen System zusammengedrückten und belästigten Nervenfäden und -Geflechte sich wieder frei ausdehnen können.

Nun ist es wohl möglich, mit Hilfe starker Willenskraft die zusammengekrampften Nerven zu normalem Zustand zurückzuführen, doch darf die Trägheit und Erkrankung des Blutes noch nicht zu weit vorgeschritten sein. Wenn man jedoch zu sehr an gutem und überreichlichem Essen und Trinken hängt, wird man eben der erforderlichen Willenskraft gar nicht fähig sein. Eine zu gute und deshalb schädliche Ernährung erstickt jede Qualifikation zu erhabenem, richtigem Denken. Kein menschliches Wesen kann zu geistiger Erhebung gelangen, wenn es beständig seinen Magen überfüttert. Ein Gourmand wird niemals ein tiefsinniger Denker sein, wenngleich auch ein Gourmet witzig und geistsprühend zu bleiben vermag. Der Vielesser wird stets physisch wie geistig außerordentlich faul und bequem sein, während der Feinschmecker in dem einen wie im andern Sinne eine quecksilberne Beweglichkeit bekunden kann.

Es bleibt freilich jedem überlassen, seinen Körper gesund und seine Nerven frisch zu erhalten, um zu wahrhaft hohen geistigen Sphären sich aufschwingen zu können, oder eine Zeitlang materiellen Genüssen zu fröhnen, dann aber physisch und geistig langsam und sicher zugrunde zu gehen. Um sich vor solchem gänzlichen Untergang zu bewahren und sich geistige Genüsse von unvergänglicher Dauer zu verschaffen, bedarf es freilich der Aufbietung aller einem zu Gebote stehenden Energie. Mit ein wenig schwachem Wollen ist nichts getan. Vor allem ist es erforderlich, seinen vielleicht seit Jahrzehnten verwöhnten und verdorbenen Appetit zu kurieren. Das geschieht, wie schon erwähnt, durch längeres Fasten und daran sich schließende konsequent durchgeführte einfache Lebensweise, die Hand in Hand gehen muß mit reichlicher Bewegung im Freien, mit Tiefatmungs-Übungen und häufigem Baden.

Ein derart behandelter Organismus setzt den Menschen in den Stand, seinen Geist zur höchsten Entwicklung zu bringen. Mit der gefestigten Gesundheit kommt Mut und Lebensfreudigkeit über einen in so hohem Maße, daß man sich zu den größten Taten befähigt fühlt und sie auch vollbringt. Die Nerven sind befreit von jedem drückenden Zwang; das Fluidum der Gedanken kann sie unbehindert durchströmen und das gesamte Denken erlangt einen Aufschwung, von dem man bisher kaum eine Ahnung hatte.

Nutze diesen Zustand, zu dem du dich durchgerungen hast, auch voll aus. Strebe wahrhaft hohen Idealen nach, die für dich nicht unerreichbar bleiben dürften. „Gehe in die Einsamkeit" und überlasse dich eine Weile völliger geistiger und körperlicher Ruhe. In solcher absoluten Ruhe klärt sich der Geist von allen Schlacken, die ihm noch anhafteten und er ist fähig, seine Schwingen zu gebrauchen zu einem Flug durch die höchsten Regionen. Wünsche dir, was im Bereich der Möglichkeit liegt und gehe an die Arbeit. Du wirst alles erreichen, wonach du dich sehnst, sobald du die Macht der Autosuggestion „Ich kann und ich will!" erkannt hast und vernünftig anwendest. Vor allem aber bestätige dir stets von neuem: „Ich bin, was ich zu sein wünsche!" Dann stehst du in bewußtem Kontakt mit der Unendlichkeit, mit der Allmacht des Universums.

„Rührt euch!"

Von William Walker Atkinson.

John Wesley, der Stifter der Methodisten, wurde von Leuten, deren Seele auf Irrwegen wandelte, oft gefragt: „Was muß man tun, um gerettet zu werden?" Die Antwort lautete stets: „Du bist gerettet, wenn du nur daran glauben willst!"

Diese selbe alte Frage wird auch heute noch von Tausenden, die für die Sicherheit ihres Seelenheils fürchten, an mich und alle Mitarbeiter und Lehrer der „Neuen Gedanken" gerichtet. Auch wir wissen keine bessere Antwort als die des guten Wesley: „Ihr seid gerettet, sobald ihr glaubt, daß eure Rettung möglich ist!"

In der Nähe des Landungsquais einer großen amerikanischen Küstenstadt

fällt ein Passagier eines Dampfers über Bord. Gellend schreit er um Hilfe, doch, des Schwimmens unkundig, macht er keine Bewegung. Da ruft ihm ein kleiner, zerlumpter Straßenjunge vom Ufer aus zu: „Rühr' doch die Arme, Dummkopf, stoße aus!" Und der schon einmal untergesunkene, nun wieder emportauchende Mann greift fast instinktiv mit den Armen weit aus und erhält sich durch eifrige Bewegungen so lange an der Oberfläche, bis man ihm zu Hilfe kommt.

Das ist das Unglück mit den meisten Menschen, daß sie immer zu schnell Mut und Glauben verlieren und nicht daran denken, daß man etwas nur tun kann, indem man es eben tut. Von selber macht sich nichts, wenn wir es auch noch so oft zu erwarten scheinen. Wir müssen uns rühren, uns beständig bewegen und vor allem Vertrauen und Mut haben. Ganz überflüssig sind solche Fragen wie: „Was soll ich tun?" — „Wie soll ich es machen?" — „Womit soll ich anfangen?" usw. Rührt euch, fangt irgend etwas an, und zwar das, was zunächst liegt; macht es so gut wie möglich, nach bestem Wissen und Können, und stellt keine unnützen Fragen. Auch ich habe mir früher oft die Worte des kleinen Gassenbuben zurufen müssen: „Rühre dich doch, Dummkopf, stoße aus!" Jetzt ist diese Mahnung aber längst nicht mehr nötig. Und euch wird es ebenso ergehen.

Wir verfügen über mehr als genügend Reservekraft, die nebst andern Mächten in uns schlummert, doch wir weigern uns, ihr Vorhandensein zu erkennen. Wir ängstigen und sorgen uns, wir zagen und zweifeln, wir grämen uns und jammern — und doch bedarf es nur einer ernsthaften Anstrengung, um die in uns existierende Macht, die uns über alle Schwierigkeiten des Lebens emporheben kann, sich betätigen zu lassen. Es handelt sich nur darum, an diese Macht zu glauben und uns zu rühren.

Ich versichere euch, liebe Leser, daß jenes Gesetz, welches in uns und durch uns sich kundgibt, dessen wichtigste Arbeit darin besteht, überall Entfaltung und Vervollkommnung anzustreben, unerschütterlich darauf beharrt, uns in Bewegung zu bringen. Schwimmen wir nicht freiwillig in den Ozean des Lebens hinaus, bleiben wir zitternd und furchtsam am Strande sitzen, scheuen wir uns sogar, auch nur die Füße naß zu machen, dann kommt das Gesetz früher oder später daher, hebt uns sanft, aber mit festem Griff empor und läßt uns in mindestens vier Fuß tiefes Wasser fallen. Nun sind wir gezwungen, etwas zu tun, nämlich, uns zu bewegen, um wieder an die Oberfläche zu gelangen. Hasten wir dann schnaufend und von Angst gepeinigt zum Ufer zurück, wo wir uns von neuem niederhocken, diesmal triefend und zähneklappernd, so dauert es nicht lange und das unerbittliche Gesetz ist wieder da. Jetzt aber hebt es uns energischer empor und schleudert uns weit hinein ins Meer. Da gehen wir denn elend unter oder aber wir begreifen endlich, was von uns verlangt wird, und stoßen kraftvoll mit beiden Armen aus. Sobald wir erst erkannt haben, wie herrlich es sich im wogenden Lebensozean schwimmt, wenn man nur die richtigen Bewegungen macht und mutig gegen die Wellen ankämpft, fühlen wir uns sehr wohl. Ja, wir sind stolz auf unsere Kühnheit, mit der wir uns bald immer weiter hinauswagen. Wir begreifen es kaum noch, daß wir so lange untätig und voller Furcht am Strande sitzen konnten.

Und jeder von uns kann schwimmen, wenn er nur Mut hat und sich richtig bewegt. Das Wasser ist viel wärmer und angenehmer, als es vom Ufer aus den Anschein hat, und der Kampf gegen die Wogen ist leichter als man denkt. Wie erfrischend und belebend ist aber dieser Kampf, umweht von der salzhaltigen, ozonreichen Luft, umschmeichelt von der weichen Flut! Die bebenden, furchtsamen Menschenkinder am Strande sind in der Tat zu bedauern. Springt tapfer hinein in den Ozean des Lebens und greift weit aus!

Die Stimme des Geistes.

Gott ist beständig bestrebt, uns emporzuheben, uns zu segnen. Gott hat uns unendlich viele Male vernichtet, um uns zu zeigen, daß wir nur vergängliche Naturerscheinungen sind. Gott hat uns tausendfach gesegnet, damit wir die Wahrheit lieben sollen, und doch hören wir nicht auf das Wort, auf die „Stimme des Geistes".

Können wir es denn nicht begreifen, daß Gott keine Verwendung für uns hat, wenn wir auf die Stimme des Geistes nicht hören wollen, wenn wir beständig wahren Fortschritt hindern? Denn alles in seinem Universum muß sich beugen und der unausgesetzt fortschreitenden Entwicklung, dem Wachs-

tum und der Vervollkommnung Platz machen. Nichts kann diese Entfaltung aufhalten, niemand kann es hindern, daß sich Gottes Absicht erfüllt: die lebenden Erscheinungsformen zur höchsten Vollkommenheit zu entwickeln.

R. C. Frost.

Wenn du den Entschlufs gefafst hast, deine Stellung zu wechseln oder nach einem andern Ort zu ziehen, dann glaube nur ja nicht, dafs dein Prinzipal nach deinem Abgang Bankerott machen wird oder dafs deine Freunde nach deinem Fortzug unglücklich sein werden. Sei versichert, das Haus, in dem du gewohnt hast, wird nach deinem Scheiden nicht einstürzen und im Kreise deiner Bekannten wird man keine Trauer anlegen. Kein Mensch ist unersetzlich; ja, man vergifst manchen oft schneller, als man selber vermuten möchte.



Eine zeitgemäße Warnung.

Von Ella Wheeler Wilcox.

Sehr viele Menschen werden von den „Neuen Gedanken" nur oder hauptsächlich deshalb angezogen, weil sie erklären, daß wir alle ein Recht auf materiellen Reichtum haben, und weil sie versichern, der menschliche Geist sei imstande, Verhältnisse und Zustände zu schaffen und zu beherrschen, die unbedingt zu Erfolg und Überfluß an irdischen Gütern führen müssen.

Die Wahrheit dieser Erklärungen und Versicherungen unterliegt nun keinem Zweifel. Doch wehe dem Unvorsichtigen, der seine geistigen Kräfte ausschließlich zu dem Zweck, Reichtum zu erlangen, wachrüttelt und entfaltet. Sein Gold wird sich in Unrat verwandeln und jedes Vergnügen, das er sich mit dem so erworbenen Mammon verschafft, wird ihm vergällt werden, ehe er noch dazu kommt, es auszukosten.

Er wird einem Menschen gleichen, der ein kostbares Gewand durch den Straßenschmutz schleift und, während er in „Purpur und köstliches Leinen" gekleidet ist, einen Gegenstand des Abscheus darstellt.

In das grandiose Existenz-System, wie der Schöpfer es erdachte, war Geld nicht aufgenommen. Gott ließ das schöne Weltall entstehen und alles, was es enthält, sollte zur Freude der Menschen da sein. Von dem Allmächtigen wurde weder ein Millionär noch ein Bettler geschaffen.

Jede Seele aber empfing den Funken des göttlichen Geistes; die Erkenntnis dieses Funkens und das volle Verständnis für alles, was er bedeutet, befähigen den Sterblichen, das zu erlangen, was er ersehnt.

Weise aber ist der, dem die Vorschrift im Gedächtnis haftet: „Suche erst das Königreich des Himmels zu erringen, dann werden dir alle andern Dinge von selber zufallen."

Weise ist der, dem die Bedeutung der Worte aufgegangen ist: „Wer da hat, dem wird gegeben werden."

Nicht eher kannst du ungestraft die Macht deiner Gedanken-Konzentration zur Erlangung von Reichtum anwenden, bis du die Fähigkeiten erworben hast, durch deine geistigen und seelischen Eigenschaften glücklich zu sein, unabhängig von materiellen Verhältnissen, und bis du gelernt hast, den Reichtum nur als nebensächliche Annehmlichkeit und als Mittel zur Erfüllung guter Zwecke zu betrachten.

Wünschest du dir Gold und irdische Schätze ausschließlich zur Befriedigung deiner Sinnesbegierden; erzwingst du dir mit Hilfe deiner Gedankenkraft Geld und Gut, um im Leben eine glänzende Rolle spielen zu können, um bewundert und umschmeichelt zu werden, dann sei gewarnt: du spielst, bildlich gesprochen, mit einer Dynamitbombe Fangball. Es ist nicht unwahrscheinlich, daß du erlangst, was du suchst, daß es dir glückt, Reichtümer anzusammeln, aber sei versichert, es geschieht um den Preis alles dessen, was das Leben lebenswert macht.

Der unwissende, beschränkte und durchaus materiell veranlagte Mensch, der durch Erbschaft, Lotterie oder auch beharrlichen Fleiß in ein großes Vermögen hineinstolpert, mag nach seiner Fasson diesen Reichtum genießen, ohne in der Welt Schaden anzurichten oder selber zu Schaden zu kommen.

Wer aber zur Erkenntnis seiner geistigen Fähigkeiten durchgedrungen ist, wer sich seiner geistigen Macht voll bewußt geworden und sie von vornherein nur in der Absicht entfaltet und anwendet, um materielle Güter zu gewinnen, täte besser, sich einen Mühlstein um den Hals zu hängen und sich ins Wasser zu stürzen, wo es am tiefsten ist. Denn er macht sich zu einem Paria im Reiche des Geistes und sein

Geld wird ihm und andern nur Unheil bringen, statt Glück und Segen.

Lasse daher deine Wünsche nach Überfluß ganz untenan auf deiner Liste stehen und räume der Menschenliebe den obersten Platz ein.

Ersehne zuerst geistige Einsicht, Scharfsinn und Beobachtungsgabe, absolute Selbstlosigkeit, Weisheit, Güte, Gerechtigkeitsgefühl und die Fähigkeit, der Allgemeinheit zu nützen, dann kannst du als letztes dir auch Wohlstand wünschen und dir bestätigen, daß du die Macht besitzest, ihn zu erringen.

Vergegenwärtige dir im Geiste recht oft dein „Ich" im vollen Besitz aller zuerst genannten Eigenschaften, ehe du dich als Persönlichkeit in gänzlich unabhängigen finanziellen Verhältnissen siehst.

Ohne Liebe für deine Mitmenschen, ohne den Wunsch zu hegen, dem Allgemeinwohl nützen zu können, ohne geistigen Scharfblick und ohne die Klugheit, gerecht zu sein, ehe man sich großmütig und freigebig zeigt, wird dir Geld nur sehr unvollkommene Genüsse verschaffen und dich nicht in den Stand setzen, wahrhaft Gutes mit seiner Hilfe zu vollbringen. Du wirst im Gegenteil viel Schlechtes damit veranlassen und selber keinen Dank ernten.

Auf keinen Fall aber darfst du dir einreden, gute Werke würden ungetan bleiben, wenn dir kein Vermögen zufiele, das du anwenden könntest, um das Elend in der Welt zu mildern. Lasse dir gesagt sein, daß du auch ohne Reichtum viel dazu beitragen kannst, das Gemeinwohl zu fördern. Wenn du es dir zum Prinzip machst, in deiner allernächsten Umgebung da helfend einzugreifen, wo deine Hilfe gebraucht werden kann und, so weit es dir möglich ist, Not zu lindern, es stets ohne Zögern tust, bei allem solchen Wirken aber fest auf die endgültige Gerechtigkeit der Wege Gottes vertraust, dann wird dein Verdienst größer sein, als wärest du ein Milliardär geworden und hättest mit vollen Händen den Mammon ausgestreut, ohne zu beachten, ob du mit deiner Freigebigkeit Gutes oder Böses stiftetest.

Die praktische Anwendung der geistigen Wissenschaft.

Von William Walker Atkinson.*)

7. Lektion.

In den Abhandlungen über geistige Wissenschaft wird oft der Ausspruch getan: „Gedanken sind Dinge". Wie viele lesen, hören und wiederholen diese Worte, ohne sich zu vergegenwärtigen, welche Bedeutung ihnen innewohnt. Würden wir die Wahrheit dieser Behauptung und die natürlichen Konsequenzen der dahinter verborgenen Wahrheit ganz und recht erfassen, dann dürften wir viele Dinge, die uns stets dunkel erscheinen, verstehen und uns erklären können, und wir würden fähig sein, jene wunderbare Macht „Gedankenkraft" ebenso zu gebrauchen, wie manche andre Kundgebung der Lebenskraft in uns.

Wenn wir denken, setzen wir Vibrationen sehr hoher Ordnung in Bewegung. So außerordentlich subtil diese Schwingungen auch sein mögen, sind sie ebenso tatsächlich vorhanden, wie die des Lichts, der Hitze, des Schalles, der Elektrizität usw. Haben wir erst einen Begriff erhalten von den Gesetzen, nach denen sich Erzeugung und Übermittlung dieser Vibrationen vollziehen, so sind wir auch in der Lage, sie in unserm täglichen Leben in ähnlicher Weise anzuwenden, wie die bekannteren Formen von Energie. Daß wir diese Vibrationen weder sehen, hören, wiegen oder messen können, ist kein Beweis dafür, daß sie nicht existieren. Es gibt Schallwellen, die kein menschliches Ohr zu hören vermag, obschon einige von ihnen unzweifelhaft von manchen Insekten vernommen werden und andere wieder von sehr feinen wissenschaftlichen Instrumenten, die der Menschenverstand ersonnen hat, aufgefangen und registriert werden; und doch besteht noch eine große Kluft zwischen den von dem feinsten In-

*) Siehe Seite 287—289, 321—323, 335—337, 371 u. 372, sowie 393 u. 394.

strument festgehaltenen Schallwellen und denen, die nach Überzeugung des aus analogen Erscheinungen schließenden menschlichen Geistes die Grenzlinie zwischen Klangschwingungen und andern Vibrationsformen bilden. Und es existieren Lichtwellen, die das Auge des Menschen nicht wahrnimmt, von denen einzelne ebenfalls von sehr empfindlichen Instrumenten entdeckt werden; viele andere sind aber so überaus fein, daß man noch kein Instrument herstellen konnte, mit dessen Hilfe sie sich erkennen und registrieren ließen. Auf diesem Gebiet sind jedoch alljährlich Fortschritte und Verbesserungen zu verzeichnen und das unerforschte Feld nimmt an Ausdehnung allmählich ab.

Bis zu dem Moment, da dies oder jenes subtile Werkzeug erfunden war, das diese oder jene bisher unbekannt gewesenen Vibrationen festzustellen vermag, existierten die betreffenden Schwingungen genau so wie nach der Erfindung des Instruments. Vorausgesetzt, wir hätten keine Apparate zum Registrieren der magnetischen Kraft, so wäre man berechtigt, die Existenz dieser gewaltigen Kraft einfach deshalb in Abrede zu stellen, weil man sie nicht fühlen, schmecken, riechen, hören, sehen, wiegen oder messen kann. Und doch würde ungeachtet unsrer Zweifel an dem Vorhandensein solcher Kraft ein machtvoller Magnet jene mysteriösen Kraftwellen aussenden, die ausreichen, um einen mehrere Zentner schweren Stahlblock emporzuziehen.

Jede Vibrationsform erfordert ein besonderes Instrument zum Wahrnehmen der Schwingungen. Bisher scheint das menschliche Hirn allein befähigt zu sein, Gedankenwellen zu bemerken und festzuhalten. Okkultisten versichern uns zwar, daß im gegenwärtigen Jahrhundert Apparate erfunden werden dürften, die imstande sein werden, Gedanken-Eindrücke aufzufangen und aufzuzeichnen. Verschiedene Merkmale scheinen in der Tat darauf hinzuweisen, daß eine derartige Erfindung in absehbarer Zeit zu erwarten ist. Für alle die aber, deren Versuche in praktischer Telepathie bereits Erfolge hatten, sind keine weiteren Beweise notwendig, um sie von der wunderbaren Macht der Gedanken zu überzeugen.

Im nächsten Jahrgang der „Neuen Gedanken" beabsichtige ich, die „praktische" Seite dieser uns noch so geheimnisvoll dünkenden Macht näher zu erörtern. Ich will keine wortreichen Theorien in bezug auf diesen Gegenstand aufstellen und auch keine Beweise für solche Theorien zu liefern suchen, sondern ich werde es mir ausschließlich angelegen sein lassen, den Leser auf die Wirkungen der richtigen und falschen Anwendung der Gedankenmacht aufmerksam zu machen.

Wir schicken beständig Gedanken von stärkerer oder geringerer Intensität aus und wir ernten unausgesetzt die Resultate unsres Denkens. Wir wirken durch die Art unsrer Gedanken ebenso auf unser eignes Wohl oder Weh wie auf das andrer Menschen und werden ebenfalls mehr oder minder von den Gedanken andrer beeinflußt. Der Grad dieser Beeinflussung hängt davon ab, in welchem Maße wir uns bereits das Wissen angeeignet haben, mit dessen Hilfe wir uns gegen schadenbringende Gedanken-Einflüsse schützen können.

Die Macht und Kraft des Denkens ist von größter Wichtigkeit für die heutige Menschheit. Wir haben das Zeitalter der physischen Kraft längst hinter uns; es hat dem der intellektuellen Oberhoheit Platz machen müssen. Jetzt aber stehen wir vor einem neuem, noch fast unbekannten Gebiet, dem der psychischen Kraft. Auch in diesem ausgedehnten Kraftgebiet gibt es feststehende Gesetze, mit denen man sich je eher desto besser vertraut machen sollte, wenn man nicht gewärtigen will, von Gesetzkundigeren verdrängt und unter die Füße getreten zu werden. In der folgenden Artikelserie werde ich mich bemühen, dem Leser die in diesem neuen Reich der Energie gültigen Prinzipien klar zu machen, damit er befähigt ist, sich gegen jene Individuen zu schützen, die mit der gewaltigen Macht schon vollkommen Bescheid wissen und sie zu selbstsüchtigen Zwecken auszunützen suchen. Jedem wird es freistehen, sich genügende Kenntnis der wunderbaren Macht anzueignen, um in richtiger Weise und zur Erreichung würdiger Ziele Gebrauch von ihr zu machen. Es wird der Tag kommen, da die Menschen Gedankenkraft ähnlich systematisch anwenden werden wie Dampf, Elektrizität und andere Kräfte.

Alles Wachstum entfaltet sich von einem Mittelpunkt. Jeder Fortschritt ist nur durch allmähliche Entwicklung möglich. Wenn der Mittelpunkt berührt wird, wenn

das Herz sich ändert, wenn die Seele zum Bewufstsein gelangt, wird das äufsere Resultat, der Erfolg, nicht ausbleiben.

Wer an einen nahen Teufel glaubt, glaubt auch an einen fernen Gott. Erst wenn man zur Erkenntnis des Gottes, des Guten, in sich selbst gelangt, wird Satan aus der Nähe verschwinden.



Lebensweisheit für den Hausgebrauch.

Von William Walker Atkinson.

Als ich eines frostigen Tages im vergangenen Winter einer alten Frau, die sich für unsre „Neuen Gedanken“ lebhaft interessiert, einen Besuch machte, kam ihr etwa 9jähriger Enkel hereingestürmt. Der kleine Bursche schien einem Eiszapfen zu gleichen; seine Wangen und das Näschen schimmerten blaurot und seine Hände waren steif vor Kälte. Nachdem er es sich am Küchenherde bequem gemacht hatte, begannen seine Sachen, an denen viel Schnee haftete, zu triefen und zu dampfen; nichtsdestoweniger fühlte sich das in der durchnäßten Kleidung steckende Menschenkind recht behaglich, denn es versicherte der Großmutter, daß es zu mollig bei ihr in der Küche sei. Lächelnd meinte die Greisin darauf, ob Jack denn nicht froh sein würde, wenn der Frühling erst käme.

„O ja“, entgegnete der Kleine mit altklug nachdenklicher Miene, „aber das sage ich dir, solange der Winter da ist, werde ich ihn gründlich ausnützen und mich im Schnee und auf dem Eis famos amüsieren.“

Jack zeigte, daß er das Zeug zu einem Philosophen besitzt. Er hatte das Grundprinzip aller Lebensweisheit erfaßt. Indem er sich auf den kommenden Frühling freute, versäumte er keines der Vergnügen, die ihm der Winter bieten konnte. Er vergaß über den Gedanken an die Annehmlichkeiten der Zukunft keineswegs die Freuden des Jetzt. Ohne sich nutzlosen Träumereien hinzugeben, kostete der kleine Lebensweise die Gegenwart aus, indem er dem Winter alles abrang, was er ihm zu geben vermochte. Als dann der Frühling kam, fand er Jack unzweifelhaft bereit, ihn genau so wahrzunehmen wie seinen Vorgänger.

Wenn wir großen Menschen es nur einsehen wollten, daß der Frühling viel schneller kommt, wenn wir nicht mit Ungeduld auf ihn warten, sondern dem Winter das größtmögliche Interesse zuwenden. Die Zeit vergeht außerordentlich schnell, sobald wir uns für alles, was uns umgibt, aufrichtig interessieren. Für einen stets beschäftigten, immer für etwas sich interessierenden Menschen bedeutet Zeit ein ungemein kostbares Gut, während der untätige, stumpfsinnige oder blasierte Tagedieb, dem jede Minute oft eine Ewigkeit dünkt, die Zeit als etwas schrecklich Langweiliges und Wertloses betrachtet.

So laßt uns denn unsern Lebensweg gehen, indem wir jedem Tag das Beste abzugewinnen suchen, indem wir alles sehen, was es zu sehen gibt, alles tun, was zu tun ist und alles denken, was wir zu denken haben. Nehmen wir noch alles Angenehme wahr, was sich uns bietet, dann werden wir uns glücklich und zufrieden fühlen.



Die schaffende Macht im Menschen.

Von Fred Burry.

Was könnte einen wohl mehr ermutigen, als der Gedanke, daß in uns eine Macht wohnt, die in der Tat imstande ist, individuell, sozial und national die Erde zu einem Reich der Glückseligkeit umzuwandeln; die fähig ist, mangelhafte Zustände zu bessern und neue, vorzügliche herbeizuführen?

Lasse dich nicht länger von dem Irrglauben täuschen, daß auf der Erde alles unvollkommen sein müsse; daß der Mensch dem Schlimmen, das über ihn vom Schicksal verhängt sei, nicht entgehen könne. Es ist die größte Torheit, solches und ähnliches zu glauben. Es brauchte nur Gutes in der Welt zu geben, wenn man es verstehen würde, richtig zu leben und richtig zu denken. Vor allem ist dazu eine durchaus positive geistige Haltung erforderlich, die dem Charakter die Kraft verleiht, sich von aller Furcht zu befreien und jeglichen Schwierigkeiten mutig entgegenzutreten, durch welches Verfahren man sie bald überwindet. Auf diese Weise dienen einem Furcht und Unwissenheit, Mißerfolg und alle andern negativen Zustände zur Veranlassung, seinen Charakter, seinen Geist stark zu machen. Und ist der Geist erst erstarkt, dann

kann man Herr über alle Situationen sein.

Würde die negative Seite im Leben nicht zuerst in die Erscheinung treten, könnte es keine positive geben. Ohne Unwissenheit gäbe es auch keine Weisheit. Und nun zögere nicht länger, dein Geschick in deine eigenen Hände zu nehmen und es nach deinen Wünschen zu gestalten. Sei nicht länger so unvernünftig, über bestehende schlechte Zustände zu jammern, die im Grunde genommen dir die günstigste Gelegenheit bieten, sie abzuändern oder dir neue, willkommenere zu schaffen. Du hast die Macht dazu; nichts hindert dich daran, sie anzuwenden. Lege die Verzagtheit ab, besinne dich auf dein höheres Selbst, erkenne die dir innewohnende Macht, sei positiv im Denken und Handeln. Deine bestimmte, zuversichtliche geistige Haltung wird dich zur Entschlossenheit zwingen und du wirst selber staunen über die Selbständigkeit und Unabhängigkeit, die du dir erringst. Statt daß du Rat bei andern suchst, wird man zu dir kommen und deine Ansicht hören wollen, ehe man etwas beginnt. Deine Gedanken und Wünsche werden einen starken magnetischen Einfluß auf Menschen und Dinge nah und fern ausüben.

Die schöpferische Macht in dir wird sich betätigen und du wirst Glück um dich her verbreiten und selber glücklich sein.

Laſst uns eine Lehre aus der Natur ziehen, die alles, was sich auf ihr bewegt, den kürzesten Weg nehmen läſst. So fällt die Frucht, wenn sie reif ist, in gerader Linie zu Boden. Ist ihre Zeit um, sinken auch die Blätter nieder. Und dieses beständige Sinken und Fallen wird man überall in der Natur wahrnehmen. Das Flieſsen der Ströme und Bäche ist eigentlich ein Hinabsinken; die Meeresflut fällt, sobald sie ihren Höhepunkt erreicht hat. Das Gehen des Menschen wie der Tiere ist sozusagen ein Vorwärtsfallen. Jede Arbeit, die wir mit den Händen verrichten und die mehr oder weniger physische Kraft erfordert, geschieht vermittels beständigen Niederbeugens. Sonne, Mond und Sterne sinken unablässig, um freilich immer von neuem wieder aufzugehen. Emerson.



Es ist besser, einen bissigen Hund durch Leckereien und Güte sich „geneigt" zu machen, als seine Bösartigkeit durch Bedrohen mit Schlägen oder noch schlimmer durch ein Zurschautragen von Furcht herauszufordern.



Telepathie-Versuche.

Nachstehend geben wir fünf Experimente in Telepathie an, die ein jeder leicht ausführen kann. Wenn man diesen Versuchen ein wenig Zeit und vor allem volle Aufmerksamkeit widmet, wird man sie sehr interessant und belehrend finden.

Zu den „Séancen" lade man nur einige Personen und zwar ausschließlich solche, von deren Interesse für die Sache man überzeugt sein darf.

Erster Versuch. — Man lasse den Herrn oder die Dame (es kann auch ein Kind sein), also das Individuum, auf welches der Gedanke übertragen werden soll, in ein Nebenzimmer treten und schließe die Tür zwischen diesem und dem Gemach, in dem man selber mit den übrigen Anwesenden bleibt. Dann wähle man irgend einen Gegenstand, einen Namen oder Begriff, schreibe das Wort auf einen Zettel und konzentriere nun seine Gedanken auf das Notierte und auf die Person, die es erraten soll. Diese muß ihrerseits im Nebenraum das aufschreiben, was sie als Eindruck empfangen zu haben glaubt. Anfangs ist es freilich ratsam, ungefähr anzudeuten, ob man einen Eigennamen, einen Begriff oder die Bezeichnung eines Gegenstandes im Hause oder sonstwo zu übermitteln gedenkt.

Man wähle zuerst einfache Objekte, wenn auch nicht gerade eine Taschenuhr, ein Federmesser, einen Bleistift oder ein Buch, was gewöhnlich bei Erstlingsversuchen geschieht. Ist das zum Gedankenlesen ausersehene Individuum, also das „Sujet", mit den Gegenständen oder vielmehr mit deren Standort in dem Zimmer, wo die Séancen stattfinden, völlig vertraut, so verhindere man, daß es im Nebengemach gehört wird, zu welchem Teil des Zimmers man schreitet, um dies oder jenes in nächster Nähe auszusuchen und zu betrachten. Gelingen die Experimente nicht, wenn dem Sujet die Augen verbunden werden, dann probiere man, ohne der ratenden Person eine Binde umzulegen. Mancher empfängt den geistigen Eindruck deutlicher, wenn es um ihn her dunkel ist, bei andern dagegen funktioniert

die psychische Sehkraft besser, wenn das physische Auge gleichfalls sehen kann.

Zweiter Versuch. — Nachdem ebenso wie vorher die Tür zwischen den beiden Räumen geschlossen ist, mische man ein Spiel Karten und ziehe nach Belieben ein Blatt heraus. Nun bemühe man sich, dieses, sei es nun ein Bild oder eine Zahl, dem Geist des Sujets einzuprägen, verberge dann die Karte und notiere sie noch, um den Gedankenleser, der das Resultat seines Ratens ebenfalls zu Papier bringen muß, davon zu überzeugen, daß man ihn nicht täusche.

Dritter Versuch. — Unter denselben räumlichen Bedingungen wie vorher führe man, von intensivem Denken begleitet, leichte Bewegungen aus, wie z. B. ein Ziehen am Ohrläppchen, ein Zusammendrücken der Nase, das Emporheben der Arme und dergl. Die Art der Bewegung schreibt man nun auch auf, was dann der im Nebenzimmer weilende Gedankenleser gleichfalls tun muß.

Vierter Versuch. — Dieser besteht darin, das Sujet irgend eine Beschäftigung vornehmen zu lassen, zu der man ihm auf telepathischem Wege die Order gibt. Auch hierbei schreibe man vorher auf, welche Verrichtung man wünschte.

Fünfter Versuch. — Man wähle eine in der Ferne weilende, einem besonders sympathische Person, die aber unter gewöhnlichen Umständen nur höchst selten eine schriftliche Nachricht von sich gibt. Nun wird Name und Adresse dieses Menschen aufgeschrieben und mit aller Intensität Brief oder Karte von ihm ersehnt. Man sende dann recht häufig während der folgenden Stunden und vielleicht der nächsten zwei Tage „den Gedanken" nach dem betreffenden Ziel aus und erwarte den Erfolg. Die sicherste Methode ist die, einen längeren Brief an die betreffende Person zu schreiben, darin dringend um sofortige Antwort zu ersuchen, dies Schreiben auch in einen Umschlag zu stecken, zuzukleben und zu adressieren, nur nicht abzusenden. Dieser Versuch in Telepathie wird selten erfolglos bleiben.

Telepathie und Geistesheilung.

Von C. W. Leadbeater.*)

II.

Wenn ich in meinem physischen Hirn mit aller Intensität die Vorstellung von einer geometrischen Figur oder einem Gegenstand hervorrufe, entsteht in der ätherischen Materie das Bild des Objekts so deutlich, daß es von einer hellsehenden Person wahrgenommen werden könnte. Infolge der Anstrengung, die ich machen muß, um das Bild zu gestalten, sende ich ätherische Wellen aus, die mich in konzentrischen Ringen umgeben. Gelangen solche Wellen zu einem andern ätherischen Hirn, so bestreben sie sich, in diesem das gleiche Bild zu reproduzieren. Nicht das Bild selbst wird ausgesandt, sondern eine Serie von Schwingungen, die es von neuem entstehen lassen. Der Vorgang ist nicht der gleiche wie bei Benutzung des Sprachrohrs, durch welches die Stimme selbst bis ans Ziel gelangt; eher könnte man ihn mit dem vergleichen, der beim Telephonverkehr stattfindet. Da hört man auch keineswegs die wirkliche Stimme der Person, die in den Apparat hineinspricht. Die Stimme verursacht nur eine Anzahl elektrischer Schwingungen, die sich am andern Ende im telephonischen Hörer wieder in die Laute der gesprochenen Worte verwandeln.

Auf eine ganz ähnliche Weise wird eine geometrische Figur oder die Gestalt eines Gegenstandes von einem physischen Hirn auf ein anderes übertragen. Zwischen zwei Personen, deren Interesse an der Sache groß genug ist, um einige Mühe nicht zu scheuen, kann ein telepathischer Kontakt hergestellt werden. Man beginne mit recht einfachen, leichten Experimenten, die sicher bald Erfolg haben werden. Beide Personen bleiben zuerst in demselben Zimmer. Die eine denkt dann mit möglichster Konzentration z. B. an ein Kreuz oder ein Dreieck, später an einfache Gebrauchsgegen-

*) Siehe Seite 395—397.

stände oder Hausgeräte; die andere Person verhält sich ganz still und wartet auf die Ideen, die sich in ihrem Hirn bilden sollen. Schon der zweite oder dritte Versuch dürfte nicht vergebens sein. Manche Menschen sind sehr empfänglich für solche Eindrücke, während bei andern stärkere Konzentration erforderlich ist. Durchaus erfolglos werden die Experimente selten bleiben, allerdings sofern Glaube und ernstes Wollen da sind.

Bei der Gedankenübertragung von einem ätherischen Hirn zum andern ist man von der gewöhnlichen physischen Methode, sich durch Sprache oder Schrift Mitteilung zu machen, nur um eine Stufe sozusagen entfernt. Diese Art der Telepathie ist mit Marconis drahtloser Telepathie zu vergleichen. Nun aber kann im Gedankenverkehr auch ein Stadium vorher, auf astralem Gebiet, ermöglicht werden.

Übrigens findet ein solcher Verkehr beständig um uns her statt, obwohl wir es nicht bemerken, weil wir eben nicht darauf achten. Im astralen Körper wohnen alle Erregungen und Leidenschaften. Was auf astralem Niveau von einem Individuum auf ein anderes übertragen wird, sind Gefühlseindrücke und Stimmungen. Man beobachte einmal in seinem Familienkreise, mit welcher Schnelligkeit sich die Gemütsverfassung des einen Mitgliedes auf die andern überträgt, ohne daß man die betreffende Stimmung vorher einer Erörterung unterworfen hätte. Wenn der eine oder der andre der Familie aus einer bestimmten Veranlassung in tiefer Niedergeschlagenheit den Tag beginnt, fühlen sich auch die Angehörigen gedrückt und beklommen, obschon sie keinen Grund für diese Stimmung angeben könnten. Ist der Hausherr besonders reizbar, weil ihm irgend etwas nicht nach Wunsch ging, dann dauert es gar nicht lange, bis auch die Gattin und die erwachsenen Kinder viel von ihrer sonstigen Ruhe und Heiterkeit einbüßen und leichter in Zorn geraten, als es gewöhnlich der Fall zu sein pflegt. Die Ursache dieser Art des Mitempfindens ist keineswegs rein äußerlicher Natur. Nicht allein, weil man an den Mienen des Verstimmten und Reizbaren erkennt, wie es in ihm aussieht, ehe er sich noch zu einer lauten Äußerung seiner Laune hinreißen ließ, teilt man diese Laune, sondern selbst gegen seinen Willen wird man im innersten Gemüt von solcher Mißstimmung ergriffen und würde nur mit Anwendung größter Energie imstande sein, sie abzuschütteln. Das Familienmitglied, das zuerst irgend eine starke Empfindung Herr über sich werden läßt, strahlt eine bestimmte Gattung astraler Vibrationen aus, und diese erzeugen in dem Astralkörper der andern denselben Gefühlszustand. Die gleiche Wirkung haben natürlich auch freudige, angenehme Erregungen.

Empfindungen und Stimmungen, denen wir selber nachgeben, teilen sich fast immer unsrer nächsten Umgebung mit, ganz gleich, ob es sich um Angehörige, Verwandte, Freunde oder Untergebene handelt. Doch kommt es auch häufiger vor, als wir ahnen, daß unsere jeweilige Gemütsverfassung sich auf fern weilende Familienglieder oder uns besonders teure Menschen überträgt. Ja, es wird sogar behauptet, daß unsere Verstorbenen, die nur im Astralkörper existieren, am allerempfänglichsten für die von uns ausgehenden Gefühlseindrücke sind. Wir fügen den Toten tiefen Schmerz zu und stören ihren Frieden, wenn wir uns nach ihrem Scheiden verzweifeltem Gram hingeben. Denken wir aber mit stiller Ergebenheit in Gottes Willen und in treuer, inniger Liebe an die Abgeschiedenen, hegen wir den intensiven Wunsch, daß sie glücklich sein möchten, dann tragen wir viel dazu bei, daß sie ungetrübte Seligkeit genießen können.

Jetzt kommen wir zur dritten und höchsten Art der Telepathie, dem direkten Gedankenaustausch zwischen Geist und Geist auf dessen eigenstem Niveau. Auch dieser Ideenverkehr findet statt, doch ist er am seltensten, da er nur zwischen den wenigen erhabenen Seelen denkbar ist, die sich zur möglichsten geistigen Vollkommenheit aufgeschwungen haben. Ein Mensch, dessen Hirn zur höchsten Entwickelung gelangte, vermag seine Gedanken in der Tat mit „Gedankenschnelle“ durch den Raum zu senden; fast allen gewöhnlichen Sterblichen aber bleibt diese Macht versagt. Ab und zu kommt es freilich vor, daß ein solcher Ideenaustausch zwischen zwei geistig wenig bedeutenden Individuen vor sich geht. In diesem Falle muß eine Sympathie von seltener Innigkeit die beiden Personen verbinden. Wenn die Menschheit zu genügender spiritueller Entwicklung gelangt sein wird, dürfte eine derartige Gedankenvermittlung die gebräuchlichste Methode werden. Große

Meister der Wissenschaft bedienen sich ihrer schon jetzt mit bestem Erfolg, um ihren Schülern mühelos die kompliziertesten Theorien einzuprägen.

Diese drei Arten der Telepathie, von denen jede in Vibrationen-Übertragung auf entsprechendem Niveau besteht, mögen von oberflächlichen Beobachtern verwechselt werden; der geschulte, klare Geist jedoch wird sie stets mit Leichtigkeit unterscheiden. In geringerem Maße wird jeder Mensch, wenn er sich die Mühe gibt, Beweise von der einen oder andern Art des Ferngefühls fast täglich entdecken. Wie oft haben wir schon die Wahrnehmung gemacht, daß wir mit einer uns nahestehenden Person zur gleichen Zeit denselben Gedankengang hatten; und nicht selten beschäftigten sich diese gleichen Gedanken mit etwas oder mit jemandem, der resp. das weder dem einen noch dem andern seit Monaten in den Sinn gekommen war.

Nun wird man bald erkennen, in wie nahem Zusammenhang die Telepathie mit der Geistesheilung steht, die doch hauptsächlich darauf beruht, gute, starke, heilsame Gedanken vom Vermittler auf den Leidenden zu übertragen, bezw. von dem Geist des Kranken selber auf den leidenden Körperteil oder das erkrankte Organ. Wir haben es mit verschiedenen Arten geistiger Heilung zu tun, die in ihren Lehren und Methoden sehr voneinander abweichen, im Grundprinzip aber übereinstimmen. Sie alle wollen physische Leiden ohne physische Mittel heilen.

Es scheint, als ob ziemlich allgemein die Ansicht verbreitet ist, daß die Theosophie den geistigen Heilsystemen feindlich gegenüberstehe. Das ist jedoch keineswegs der Fall. Theosophie stellt sich keinem Glauben entgegen; sie weist im Gegenteil auf das Gute jeder einzelnen Religion hin und verbindet so alle zu einem harmonischen Ganzen. Sie opponiert nur da, wo sie Mißverständnis und Mißbrauch irgend welcher Dogmen und Religionsübungen entdeckt. Die Theosophen wollen keine Glaubensrichtung angreifen oder verurteilen; sie bemühen sich sogar, alle richtig zu erfassen und unparteiisch solche Lehren aus ihnen auszuwählen, die sie für besonders wahr, schön und beherzigenswert halten. Ein Anhänger der Theosophie betrachtet es als groben Irrtum, über religiöse Anschauungen in Streit und offene Fehde zu geraten. Es sind doch meist nur Nebensächlichkeiten, in denen die verschiedenen Glaubensbekenntnisse voneinander abweichen. In der Hauptsache, nämlich in der Forderung, daß der Mensch zu einem höheren Niveau emporstreben, sich also befleißigen soll, edel zu denken und recht zu handeln, sind sie sich alle gleich.

Wir Apostel der „Neuen Gedanken“, die wir eifrig Theosophie studieren, sind auch ehrliche Fürsprecher der geistigen Heilmethoden, obwohl wir nicht leugnen wollen, daß manches mit diesem oder jenem System verknüpfte Beiwerk nicht unsre Anerkennung findet. Die Hauptidee aller arzneilosen Heilmethoden ist grandios, wenn auch durchaus nicht neu. Von der heilenden Macht des Gedankens handelt schon das erste Kapitel des alten buddhistischen Werkes „Dhammapada“. Die Behauptung der geistig Heilenden, sie selber hätten die Macht des Gedankens entdeckt, beruht auf einer Unkenntnis der weisheitsvollen alten orientalischen Lehren. Das aber ist richtig, daß die geistigen, christlichen, magnetischen und anderen Heilkünstler zahlreichen Menschen zum ersten Male diese uralte Wahrheit vor Augen geführt und bewiesen haben. Damit ist schon viel erreicht worden, und der Fortschritt wird sicher nicht auf sich warten lassen. Der Anteil dieser Wahrheitsverbreiter an der Hebung des gesamten Menschengeschlechts ist bedeutend, und wenn wir auch mancherlei an ihren Systemen auszusetzen haben, wollen wir ihnen die Anerkennung, die ihr Wirken verdient, nicht versagen. Ich werde kurz gewisse Dogmen anführen, denen wir nicht zustimmen können, und wenn wir mit diesen fertig sind, werden wir unser ganzes Interesse auf die angenehmere Aufgabe richten, alle jene Ideen wiederzugeben und zu erläutern, die unsern aufrichtigen Beifall haben.

Vor allem habe ich es niemals begreifen können, weshalb eine Heilmethode zugleich eine Religion sein muß. Man dürfte mit dem gleichen Recht die Homöopathie, Hydropathie und Therapeutik zu einer Religion machen. Allen, die auf einer so wenig zufriedenstellenden Basis arbeiten, möchte ich raten, das herrliche philosophische System, das sie in der Theosophie finden, zu akzeptieren. Dieses wunderbare System wird ihnen mehr als genügend Stoff zum Denken liefern und sie gleichzeitig mit einer vernünftigen Theorie in bezug auf das Universum

versehen. Eine der bedeutendsten Schulen der geistigen Heilkunde leugnet das Vorhandensein der Materie ganz und gar. Diese Schule nennt sich „Christliche Wissenschaft"; mit welcher Befugnis dieser Name gewählt wurde, kann man aber kaum erkennen. Das Leugnen der Materie erscheint weder vom christlichen, noch vom wissenschaftlichen Standpunkt gerechtfertigt. Auf keinen Fall vom letzteren, denn gerade die Materie allein ist es, die von der Wissenschaft anerkannt wird und mit deren Hilfe sie alle ihre Experimente ausführt. Auch ist die Doktrin von dem Nichtbestehen materieller Dinge ganz und gar nicht christlich, weit eher heidnisch, denn man findet sie in einem der ältesten orientalischen Systeme. Natürlich liegt etwas Wahres in der Bezeichnung, wenn man sie so versteht, wie sie verstanden werden soll. Alle Kundgebungen der Materie entspringen dem Absoluten und kehren wahrscheinlich eines Tages zu ihm zurück. Jede Erscheinungsform der Materie ist ohne Bestand und daher vom Gesichtspunkt des Ewigen aus von zu flüchtiger Dauer, um überhaupt in Betracht zu kommen. Trotzdem aber muß die Erklärung, Materie existiere gar nicht, zu argen Mißverständnissen führen, da sie in Wahrheit ebensowohl eine der Kundgebungen des „Logos" ist, wie der Geist, der nach unsrer Anschauung als ihr andrer Pol gilt. Buddha sagt, daß es zwei Dinge gebe, die ewig seien: „Akasa" und „Nirwana". Der Zusammenhang dieser beiden heterogenen Begriffe soll uns ohne Zweifel zeigen, daß Buddha das meinte, was wir „Materie" und „Geist" nennen. Hierin stimmt die moderne Wissenschaft mit ihm überein; und es erscheint mir richtiger und sicherer, es anzuerkennen, daß, solange Kundgebungen bestehen, jede Art Materie auf ihrem eignen Gebiet auch wirklich vorhanden ist. Sicher ist es, daß, während wir im physischen Stadium sind, nur die physische Materie uns wirklich dünkt, wogegen die Astral- und geistige Substanz für unsere niederen Sinne nicht wahrnehmbar sind. Erhebt sich aber unser Bewußtsein zu höheren Sphären, dann tritt das umgekehrte Verhältnis ein. Nur der Brennpunkt unsers Bewußtseins verändert sich, nicht aber die Kungebung des „Logos". Wenn wir nun auch die feste Überzeugung haben, daß die für uns noch unsichtbaren Dinge von größter Wichtigkeit sind, ziehen wir es doch vor, die physische Materie als wirklich vorhanden zu betrachten, solange wir uns auf ihrem speziellen Gebiet befinden. Es zeugt auch von wenig Logik, die Existenz des Körpers erst leugnen und dann eine Besserung seines Zustandes erzielen zu wollen. Wie kann man etwas heilen, was gar nicht existiert?

Ich neige zu der Ansicht, daß dieses Leugnen der Materie im wesentlichen gegen den alten, grauenhaften Aberglauben, der Kranke sei von einem Teufel besessen, gerichtet sein soll. Die Anhänger der „Christlichen Wissenschaft" fühlen instinktiv das Absurde der Idee, etwas Böses könne von außen her in unser Inneres dringen, da sie mit uns der Überzeugung sind, jeder Mensch schaffe sich selber sein gutes oder böses Schicksal. So behaupten sie denn, es gebe in Wahrheit nur das Böse, was wir uns selbst zufügen. Weil sie nun aber beständig den Kampf gegen die Materie und deren Eigenschaften führen, begehen sie den alten Fehler, die Materie und das Böse für identisch zu erklären und kommen auf solche Weise zu der Schlußfolgerung, daß das Körperliche überhaupt nicht existiere.

Die Theorien der „Christlichen Wissenschaft" enthalten nun ferner etwas, gegen das ich ganz besonders zu Felde ziehen muß. Ich meine die Idee, Reichtum durch — milde ausgedrückt — unrechtmäßige Beeinflussung zu erlangen. Für die Anwendung geistiger Macht zur Heilung von Krankheiten Bezahlung anzunehmen, ist an und für sich schon nicht sehr in der Ordnung. Die geistige Macht aber dazu anzuwenden, auf geradezu gesetzwidrige Weise Geld aus Leuten herauszuziehen, ist im wahrsten Sinne des Wortes eine Erniedrigung und Schändung höheren Wissens, das heilig gehalten und nur selbstlosen Werken gewidmet werden sollte. Wer Reichtum durch geistige Kraft zu erringen trachtet, tue es wenigstens auf erlaubte Weise; doch wäre es besser, er verringerte und begrenzte seine Wünsche, anstatt seinen Besitz vergrößern zu wollen. Das allein ist der Pfad, der zur wahren Weisheit führt.

Den Wert starken Glaubens und energischer Selbstbestätigung weiß ich gewiß zu schätzen, doch die Ehrlichkeit gebietet mir, es ganz entschieden zu leugnen, daß ein Körper niemals erkranken könne. Der wahre Mensch

in uns, die Seele, braucht nicht krank zu sein, und wenn sich das Ableugnen irgend eines Übels oder Schmerzes auf unser höheres Selbst beziehen soll, dann ist nichts dagegen einzuwenden. Die Jünger der „Christlichen Wissenschaft“ scheinen dies jedoch keineswegs in dem Sinne zu verstehen; sie erklären ganz deutlich, das einzige Mittel, z. B. Kopfweh zu vertreiben, bestehe darin, sich wiederholt mit Nachdruck zu versichern: „Ich habe keinen Kopfschmerz“. Diese Versicherung mag nach einiger Zeit vielleicht wahr werden, sie ist aber zuerst unzweifelhaft eine Lüge. Ich will es nicht in Abrede stellen, daß man durch beharrliches Wiederholen der falschen Bestätigung schließlich einen Erfolg erzielen mag, doch scheint es mir, als sei diese Lüge, zu der man sich zwingt, ein weit schlimmeres Übel, als das Kopf- oder Zahnweh, das sie eventuell beseitigt. Man kann und darf sein erkranktes physisches Sein dazu veranlassen, emphatisch zu behaupten, es wolle diesen oder jenen Schmerz nicht haben; solche hartnäckige und resolute Behauptung wird sicher das Leiden mildern, wenn nicht ganz vertreiben. Weshalb sich also an das Aussprechen von Unwahrheiten gewissermaßen gewöhnen, wenn mit der Wahrheit dasselbe, womöglich ein besseres Resultat erzielt werden kann? Wenn ich mir mit Nachdruck sage: „Mein Kopf oder mein Zahn soll nicht schmerzen“, so spreche ich keine Lüge aus und befreie mich nicht nur von dem körperlichen Schmerz, sondern unterziehe mich gleichzeitig einer vortrefflichen Willensübung. In dieser Weise stelle man seine stärkste Gedankenkraft einer Krankheit entgegen und weise so ihre Angriffe zurück, ersticke sie im Keime oder trage erheblich zu ihrer Heilung bei, indem man die sonstigen Maßnahmen zu ihrer Bekämpfung durch intensives Gesundenwollen unterstützt. Die Macht jenes Wollens, auf das sich alle unsre Gedanken konzentrieren, ist in der Tat gewaltig.

(Fortsetzung folgt.)

Es steht in der Macht jedes Menschen, d. h. es ist ganz und gar von seinem Willen abhängig, seine „Pflichten“ als schwer zu tragende Last zu empfinden oder in ihnen nur ein Mittel zur Erlangung von Willenskraft und Selbstbeherrschung zu erblicken.

Man wird das Verbrechen nie aus der Welt schaffen, indem man jeden einzelnen Dieb oder Betrüger bestraft, jeden Mörder hinrichtet. Das ganze Menschengeschlecht muſs umgewandelt werden, alle in der menschlichen Natur schlummernden Disharmonien müssen sich auflösen und in Harmonie, Frieden und Liebe ausklingen.

Lebe so unter den Menschen, als sei das Auge Gottes stets über deinem Tun und bete so zum Allmächtigen, als wären die Menschen Ohrenzeugen deiner Gebete.

Wenn du Sorgen und Kummer hast, so erinnere dich daran, daſs du an ihrem Entstehen nicht unschuldig bist. Und wenn sie nicht von dir weichen wollen, so beweist das nur, daſs du dich fortwährend mit ihnen beschäftigst. Gibst du dir Mühe, sie zu vergessen, dann verschwinden sie bald genug.

Die Macht des Gedankens.

Von A. Victor Segno.

Jede einzige physische Aktion des Menschen wird durch die Gedanken angeregt oder veranlaßt. Der Gedanke ist in der Tat der Vater jeder Handlung, jeder Bewegung der Muskeln und Organe des Körpers. Die Kräfte unsres Körpers sind insgesamt dem Denken untertan. Jede physische Tätigkeit ist nur die Äußerung des Gedankens. Die physische Form ist nichts anderes, als der Nachweis der Gedanken des Geistes. Denken bedeutet Kraft, Kraft erzeugt Energie und diese ihrerseits bringt Bewegung und Aktion hervor. Auf diese Weise, durch die Bewegung, verschieben unsre Gedanken die unsern Körper umgebenden Luftatome, sie verursachen mit andern Worten Gedankenwellen in der Atmosphäre. Ein schwacher Gedanke kann daher nur eine geringe Verschiebung der Atome veranlassen, während starkes, intensives Denken große, weit hinausreichende Luftwellen zur Folge hat.

Die Atmosphäre gleicht in mancher Beziehung dem Wasser. Wirft man z. B. einen Stein in die glatte Oberfläche eines Teiches, so bilden sich sofort um die Stelle, an welcher der Stein die Atome, aus denen das Wasser zusammengesetzt ist, aus ihrer beschaulichen Ruhe gewissermaßen aufgestört

hat, konzentrische Wellenringe, die sich ausdehnen und, wenn stärkere Wellenkreise aus der entgegengesetzten Richtung nicht ihre Kraft brechen, sich über die ganze Fläche des Gewässers ausbreiten. Eine ähnliche Wellenbewegung resp. Verschiebung der Atome rufen unsre Gedanken in der Luft hervor.

Vielleicht hat schon mancher Leser in der Kirche oder im Theater die Beobachtung gemacht, daß eine in geringerer oder größerer Entfernung vor ihm sitzende Person, ganz gleich, ob fremd oder bekannt, sich nach ihm umwendet, wenn er sie unausgesetzt fixiert und gar den Wunsch hegt, sie möchte sich umdrehen, damit er ihr Gesicht sehen könne. Dies ist eines der einfachsten Mittel, die Macht der Gedanken zu erproben. Konzentriert man sein Denken wenige Augenblicke auf die betreffende Person vor einem, dann wird sie in dem Moment, da unsere Gedankenwelle sie erreicht, sich unwiderstehlich getrieben fühlen, uns ihr Gesicht zuzuwenden. Es kann vielleicht vorkommen, daß bereits aus einer anderen Richtung eine bedeutend stärkere Gedankenwelle der deinigen entgegenstrebt und deren Wirkung vermindert, wenn nicht ganz aufhebt. In solchem Falle erreicht die von dir ausgesandte Welle ihr Ziel nicht. Du mußt daher nach dem ersten Mißerfolg etwas später eine neue Anstrengung machen und schließlich es noch ein drittes Mal versuchen, dann wird das Resultat ohne Zweifel befriedigend ausfallen.

Wenn nun Gedanken so weit entsendet werden können, liegt durchaus die Möglichkeit vor, sie auch noch viel weiter in die Welt hinauszuschicken. Es muß nur auf die richtige Weise geschehen. Ist man denn nicht auch schon oft der Empfänger der Gedanken andrer Menschen gewesen? Hat nicht schon dieser oder jener von uns sich zuzeiten geradezu gezwungen gefühlt, an eine Person zu denken, mit der man sich für gewöhnlich gar nicht so sehr in Gedanken zu beschäftigen pflegt? Auch wenn man in eine Beschäftigung vertieft ist, kommt es manchmal vor, daß man plötzlich seine Gedanken abschweifen fühlt, die dann an irgend einem Menschen haften bleiben, an den zu denken man weder Veranlassung noch Neigung verspürt. Entweder erscheint diese Person bald darauf bei einem oder man empfängt eine unerwartete Nachricht von ihr, die zu der Stunde abgesandt wurde, in der man an den Absender denken mußte. Seine Gedankenwellen haben den Gegenstand seines Denkens erreicht.

Wie oft hört man von jemandem, den man zufällig auf der Straße oder sonstwo trifft, den verwunderten Ausruf: „Merkwürdig, ich habe eben noch an Sie gedacht!"

Gedankensplitter.

Von William Walker Atkinson.

Gib nichts vorzeitig verloren!

*

Halte an einem einmal gefafsten Vorhaben fest und wenn es auch zehnmal scheint, als bleibe es unausführbar.

*

Häufig bedarf es gerade noch im letzten Moment einer besonders starken Anstrengung, um das Ziel zu erreichen.

*

Wenn du eine Sache aufgibst, nachdem du schon viel Mühe darauf verwendet hast, ist nicht nur all diese Arbeit nutzlos vergeudet worden, du büfsest auch dein Selbstvertrauen ein.

*

Es ist immer am dunkelsten kurz vor Anbruch des Tages, am schwülsten dicht vor einem abkühlenden Gewitter. Du bist stets am hungrigsten unmittelbar vor der Mahlzeit und am müdesten beim Herannahen der Stunde, zu der du schlafen zu gehen pflegst. Und so bist du auch sicher am mutlosesten, wenn der Augenblick nahe ist, der dir die Erfüllung deiner Wünsche bringen soll. Die Ebbe mufs erst ihren tiefsten Stand erreicht haben, ehe die Flut sie wieder ablöst. Drum gib nichts auf; wenn die Verzagtheit dich übermannen will, dann halte erst recht fest.

*

Gar mancher, der ein bestimmtes Ziel verfolgt, verliert im letzten Moment, wenn er schon fast dicht davor steht, den Mut und wirft die Flinte ins Korn. Ein andrer, der

hinter ihm kommt, hat dann nur nötig, die Hand auszustrecken, um den von seinem Vorgänger verloren gegebenen Preis an sich zu nehmen. Sei standhaft und begehe einen solchen Irrtum nicht.

*

Es gehört freilich mehr Schneid dazu, ein Rennen zum Abschlufs zu bringen, als es zu starten.

*

Jeder kann einen tüchtigen Anlauf nehmen, aber den Sprung wirklich auszuführen, dazu fehlt es meist an Courage.

*

Stille Beharrlichkeit führt viel eher zum Ziel, als grofse Begeisterung und gar zu emsiges Schaffen im Anfang, worauf nur zu bald Abkühlung und Erlahmen der Kräfte folgen.

*

Die Gewinner eines Rennens sind gewöhnlich die, deren Eifer beim Start nur sehr mäfsig ist, die sich zuerst Zeit lassen, um dann in sichtbarer Nähe des Ziels mit aller ihnen zu Gebote stehenden Energie loszulegen. In den letzten zwanzig Sekunden können sie noch manchen überholen, der während des ganzen Wettrittes vor ihnen dahinsprengte.

*

Eine stets gleichmäfsig bleibende, zähe Ausdauer ist eine Fähigkeit, die es wahrlich verlohnt, erworben und gepflegt zu werden. Die Vorteile, die sie uns einbringt, sind in der Tat unschätzbar.

*

Sei also standhaft, verliere nicht den Mut und wiederhole dir immer von neuem, dafs du kannst, so lange du willst.

*

Hast du einen bestimmten Plan vor Augen, dann führe ihn auch aus. Trotze allen Schwierigkeiten mit eiserner Energie und halte mit aller Zähigkeit an deinem Vorhaben fest. Du wirst es nicht zu bereuen haben.

Krankheit, Immoralität und Sünde.

Von Dr. Paul Edwards.

Man würde es wohl allgemein für eine etwas starke Behauptung halten, Krankheit als unmoralisch, sündhaft und als eine natürliche Folge von Unwissenheit zu bezeichnen. Doch ich kenne einen Gelehrten, der es nachweist, daß Krankheit tatsächlich ein Verbrechen ist.

Krankheit wird freilich an uns hängen bleiben, solange wir negativen, krankhaften Gedanken nachhängen. Wir wollen einmal in aller Ruhe die obige Behauptung erörtern, ohne im mindesten die kränken zu wollen, die zurzeit krank sind oder es zu sein glauben.

Kranke sind in der Tat insofern Verbrecher, als sie irgend einem Naturgesetz zuwidergehandelt haben, sonst würden sie eben nicht erkrankt sein. Und wer Gesetze übertritt, muß als Verbrecher betrachtet werden; er müßte sofort hinter Schloß und Riegel kommen und nicht eher seine Freiheit zurückerlangen, bis ihm genügend moralische Weisheit eingeimpft worden ist, daß er in Zukunft davon abläßt, seine Selbstzerstörung zu bewirken. Krankheit ist also von diesem Gesichtspunkt aus gesehen eine Schande. Man brauchte diese Entehrung eben nicht auf sich zu laden, wenn man strikt alle Gesetze der weisen Natur befolgen würde.

Wir sind verpflichtet, uns vom sozialen wie vom finanziellen und moralischen Standpunkt aus gegen Krankheit zu verwahren. Wir sollen alles, was in unsern Kräften liegt, dazu tun, die Krankheit aus der Welt schaffen zu helfen. Die Menschen sollen und müssen es lernen, wie sie sich gegen Krankheit schützen können. Sie werden es schließlich einsehen, daß Gesundheit für alle in den Absichten der Gottheit enthalten war und daß jede Erkrankung auf Unwissenheit und Sünde zurückzuführen ist. Möge der Finger der Verachtung auf alle die zeigen, die den Geboten und Wünschen Gottes entgegenhandeln.

Gesundheit ist das erste Prinzip der Keuschheit und Moral. Man lese die Episteln St. Pauli an Thimotheus, die Römer usw.

Auch ich behaupte, daß unbewußte und absichtliche, beharrliche Vergewaltigungen der Naturgesetze für

jeden vorkommenden Krankheitsfall verantwortlich sind. Wenn nun auch zugestanden wird, daß viele dieser Vergewaltigungen auf Unwissenheit beruhen, so soll damit aber nicht gesagt sein, solche Vergehen seien stets zu entschuldigen. Man darf wohl eine Weile unwissend sein, ohne deshalb verachtet werden zu müssen; aber aus Eigensinn oder Trägheit immer unwissend bleiben, ist in der Tat eine Schande und ein Verbrechen.

Es gibt nichts, was einem bestimmten Gesetz gehorchen müſste und es gibt kein Gesetz, das man nicht erforschen könnte. In der Natur existiert nichts, was dem Menschen für immer verborgen bleiben müſste. Jedes seltsame Phänomen, alle scheinbar unerklärlichen Dinge sollen uns nur dazu anregen, tiefer in die uns noch geheimnisvoll dünkenden Vorgänge im Universum einzudringen und die Gesetze erkennen zu lernen, die das materielle Weltall regieren. Solange wird uns alles, was im Universum vorgeht, in Mitleidenschaft ziehen bis wir die Gesetze erforscht und begriffen haben. Dann sind wir befähigt, sie zu kontrollieren und nach unserm Willen zu lenken, anstatt uns von ihnen beherrschen zu lassen.



Materie und Leben.

Ehe der Mensch anfing, sein inneres Selbst zu studieren, glaubte er im Besitz aller Lebens-Attribute zu sein, die es wert sind, besessen zu werden. Als er aber eines Tages darauf kam, sich die Frage zu stellen, was dies Leben sei und wie weit wohl Verstand und Bewußtsein reichen mögen, sah er sich Problemen gegenüber, deren Lösung ihm noch immer viel Kopfzerbrechen macht. Sein Stolz ist dadurch gedemütigt worden, aber sein Gesichtskreis hat sich bedeutend erweitert. Er ist, wie er nun erkannt hat, nicht der alleinige Wohltaten-Empfänger eines unendlich nachsichtigen Schöpfers, isoliert stehend in einsamer Vollkommenheit unter stummen Geschöpfen mit ähnlichem Leben und Bewußtsein und Unmengen lebloser Materie.

Der Elektrochemiker Dr. Bose betrachtet die elektrische Zuckung als dass universale Zeichen des Lebens. Hierin stimmt der Gelehrte mit allen führenden Physiologen und Physikern überein. Es ist nun ein ganz natürlicher Schritt, zu erforschen, ob dieses elektrische Reagieren ausschließlich an lebenden Geschöpfen wahrzunehmen ist. Die Untersuchungen und Experimente, die Dr. Bose unternommen hat, um zu ergründen, ob auch Körper, in denen nach unsrer Meinung kein Leben wohnt, angeregt und ermüdet, in vollständige oder teilweise Betäubung versetzt werden und auch in gewissem Sinne ein Sterben erleiden können, haben geradezu überraschende Resultate gehabt. Elektrisch angeregte Metalle lieferten z. B. mit Hilfe eigenartig konstruierter Apparate „autographische" Aufzeichnungen der in ihnen hervorgerufenen Zuckungen. Das merkwürdigste an diesen Aufzeichnungen ist die erwiesene Tatsache, daß sie genau mit denen übereinstimmen, die durch dasselbe Verfahren von den Nerven lebender Geschöpfe erlangt wurden. Auch zeigten die Metalle deutliche Spuren der Ermüdung, wenn man sie beständig in Erregung versetzte, während Ruhepausen sie wieder kräftigten und laue Bäder sie in bemerkenswerter Weise erfrischten. Starke Kälte-Einwirkung erzeugte Erstarrung und sehr hohe Temperatur eine eigentümliche Steifheit und Spannung. Man fand gleichfalls, daß Gifte und Gegengifte auf Metallstücke denselben Effekt haben wie auf organische Wesen.

Das erstaunliche Resultat dieser wirklich glaubwürdigen Entdeckungen reißt die Barrieren alter Vorurteile nieder und zwingt einem die Überzeugung auf, daß der Pfad der Entwicklung nicht, wie man bisher annahm, eine vorwärtsstrebende, wenig gewundene Linie bildet, sondern sich fast zu einem Kreise schließt. Die höchsten Formen der Materie und die niedrigsten sind sich im Grundprinzip gleich. Eines Tages wird der Mensch, wenn er sich zu vollkommenerem Verständnis aufgeschwungen hat, ohne Zweifel in ganz neue Beziehungen zu dem Rest der irdischen Welt treten und tiefer in die Geheimnisse der Schöpfung eindringen.

Entweder haben wir bis jetzt noch nicht annähernd erkannt, worin die eigentliche Lebens-Essenz besteht, oder wir sind nur die höchsten Erscheinungsformen einer allbelebten Materie. Jedenfalls können wir es nicht länger hartnäckig leugnen, daß in den uns umgebenden anscheinend leblosen Dingen ein gewisses Leben und Bewußt-

sein existiert. Wir können eben nur sagen, daß wir nichts Genaues darüber wissen. Unsere ganze Theorie von der Beschaffenheit der Materie und der chemischen Verbindung der Atome zu Molekülen wird umgeworfen und neu aufgestellt werden müssen. Wenn alle Materie in höherem oder geringerem Grade eine Beseelung besitzt, dann wird unserm Denken eine neue Richtung gewiesen und die Forschung in andere Bahnen geleitet. Es liegt etwas Erschreckendes und doch Tröstliches in dem Gedanken, daß selbst die uns unbelebt dünkende Materie eine Art Seele haben könnte, die ebenso wie die menschliche Psyche auf dem langen, aufwärts führenden Pfade der Entwicklung emporstrebt, der aus der eisigen Finsternis des Chaos entspringt, um sich einst in dem Strahlenglanze des Weltall-Schöpfers zu verlieren.

M. T. C. Wing.

Intuition, die unmittelbare, nicht durch Beweise herbeigeführte Erkenntnis, ist die drahtlose Telegraphenlinie, durch welche wir Anweisungen und Ratschläge aus allen Teilen des Universums empfangen.

Die Funken-Telegraphie ist ein Symbol, das der Menschheit zeigt, wie wenig notwendig es ist, sich ausschliefslich auf materielle Methoden seine Gedanken und Mitteilungen zum Ausdruck zu bringen, zu verlassen. Im Laufe der Zeit wird es sich mehr und mehr erweisen, dafs unsichtbare Gedankenkräfte imstande sind, vieles Wichtige in der Welt zu vollbringen, was bisher nur auf sinnlich wahrnehmbare Weise ermöglicht werden konnte. Das Materielle wird dann einen sehr untergeordneten Platz einnehmen und nur für solche Menschen erforderlich sein, die ihr geistiges Wahrnehmungsvermögen nicht genügend vervollkommnen.

Lucy A. Mallory.

Rohe Nahrungsmittel.

Unter den vielen neuen Systemen, die in letzter Zeit zur Stärkung und Wiederherstellung geschwächter Konstitutionen, zur Erhöhung sinkender Lebenskraft, dringend anempfohlen wurden, befindet sich eins, das in der Tat mehr als vorübergehendes Interesse und flüchtige Erwähnung verdient. Es handelt sich um die zum größten Teil aus rohen Nahrungsmitteln bestehende Diät. Diese Methode, die Verdauung zu bessern und Blutarmut zu überwinden, erregte beträchtliches Aufsehen und in vielen Fällen nicht geringen Widerspruch und Anfeindung. Es ist nun aber ein grober Irrtum, etwas in Verruf zu bringen, nur weil es neu ist. Die Geschichte beweist es durch zahlreiche Beispiele, daß heute etwas verketzert wird, was man morgen enthusiastisch bewillkommnet. Irgend ein System oder eine Theorie ohne sorgfältige und unparteiische Untersuchung seiner resp. ihrer etwaigen Verdienste zu verwerfen, zeugt von Unverstand und Anmaßung, denn ein abfälliges Urteil muß auf absoluter Kenntnis des betreffenden Gegenstandes beruhen und eine solche Kenntnis ist in bezug auf Diätetik geradezu eine Unmöglichkeit. Prüfen wir einmal gewissenhaft die Theorie, die dem System zugrunde liegt, um zu sehen, ob diese Grundlage die wissenschaftliche Untersuchung verträgt. Wenn das der Fall ist, so muß das System logisch korrekt sein.

Es wird behauptet, daß die Zellen vegetabilischer Substanzen, wenn sie nicht gewissen nachteilig wirkenden Einflüssen ausgesetzt werden, ihre Lebensfähigkeit und Fruchtbarkeit lange behalten. Indem man diesen Umstand in Betracht zieht, argumentiert man, daß die Einführung solcher Substanzen mit unverminderter Zellen-Lebensfähigkeit in den menschlichen Organismus deren Assimilation und gewebebildende Kraft viel wahrscheinlicher macht, als wenn diese Nahrungsstoffe vorher gekocht werden, zu welchem Verfahren ein Hitzegrad notwendig ist, der die Keimfähigkeit der Zellen unbedingt zerstört. Hierin liegt gewiß nichts Unlogisches. Im Vergleich zu der Zeit, in der die Menschen auf diesem Planeten existieren, ist die Methode des Kochens noch nicht gar so alt. Es ist aber sehr zweifelhaft, ob der zivilisierte Mensch von heute sich in Hinsicht auf physische Vollkommenheit und Gesundheit auch nur annähernd mit seinen Vorfahren aus ältester Zeit vergleichen darf. Tiere nehmen ihre Nahrung im Naturzustande zu sich und außer in der Gefangenschaft ist Krankheit unter ihnen fast unbekannt.

Für die häufigen gastrischen Störungen im menschlichen Organismus mag nun weniger das Kochen der Nahrungsmittel, als das dabei notwendig erscheinende Würzen verantwort-

lich zu machen sein. Wer jedoch will es beweisen, daß dem Körpersystem nicht ausreichende Energie inne wohnen würde, um der eventuell schädlichen Wirkung von Gewürzen und Spezereien zu widerstehen, wenn man ihm nicht die durch Kochen kraftlos gemachten Speisen zuführte. Es gibt doch auch zahlreiche Nahrungsmittel, die kochen zu lassen selbst dem ergebensten Anhänger der sogenannten feinen Küche nicht im Traum einfallen würde. Dazu gehören in erster Linie Austern, die man gar lebend verspeist, ferner fast alle Gemüsesalate, die Mehrheit der Früchte und jede Art Nuß. Man darf wohl annehmen, daß es hauptsächlich der Ausdruck „roh" ist, dem die große Menge feindlich gegenübersteht, nicht dem System selbst. Diese Bezeichnung ist auch unglücklich gewählt, doch wie bei manchem andern Schreckgespenst schwindet nach sorgfältiger und einsichtsvoller Prüfung das, was im ersten Moment unsern Widerwillen erregte. Die praktische Anwendung des Systems, dem Organismus rohe Nahrungsmittel zuzuführen, hat in vielen Fällen bereits ausgezeichnete Resultate erzielt und es liegt kein Grund vor, diese Behauptung zu bezweifeln. Wir glauben kaum, daß auch die begeistertsten Anhänger dieser Methode der Überzeugung sein werden, ihr System müsse in jedem einzelnen Fall den gewünschten und gepriesenen Erfolg haben. Wie alle andern Kuren und Heilmethoden muß ebenso dies Verfahren individuell angewendet und mit Vorsicht erprobt werden. Es liegt uns auch gänzlich fern, das in Frage stehende System mit allem Nachdruck als das beste zu bestätigen, das gegenwärtig existiert, obwohl wir überzeugt sind, daß es unleugbare Verdienste hat. Uns ist es in erster Linie darum zu tun, in allen Dingen Gerechtigkeit walten zu lassen. Und von dem Standpunkt aus, auf dem das menschliche Wissen gegenwärtig steht, würden wir es für ein Verbrechen halten, irgend ein System durchaus zu verurteilen, ehe es gründlich erprobt und als mangelhaft oder gar schädlich befunden wurde.

Wer eifriger nach Geld strebt, als nach Charakter und geistigem Wissen, wird nie das Glück finden, das er vom Besitz irdischer Güter erwartete.

Der wahre Wert unsres Charakters zeigt sich erst dann, wenn wir mit Menschen in nahe Berührung kommen, bei denen sich der Mangel an Charakter fühlbar macht.



Vergeltung.

Von Ella Wheeler Wilcox.

Wir erhalten stets zurück, was wir selber geben. Dies wird sich immer bewahrheiten. Geben wir Sympathie, haben wir den besten Willen, hegen wir mildherzige, nachsichtige Gedanken, sind wir tiefer Liebe und Bewunderung fähig, so empfangen wir die gleichen Gefühle und Empfindungen im Laufe der Zeit von der Menschheit zurück.

Wir mögen unsre ehrlichsten Empfindungen oft an Unwürdige vergeuden, ebenso wie der Sämann guten Samen auf felsigen Boden ausstreut, ohne es zu wollen. Der Wind weht diese Samenkörner aber weit umher und während der Felsen kahl und öde bleibt, geht auf fruchtbarem Boden die üppigste Saat auf. Der Samen aber muß gut sein.

Wenn ich mir aus irgend welchen Gründen vornehme, diesen oder jenen Menschen mir geneigt zu machen und ihm in dieser Absicht alle möglichen Aufmerksamkeiten erweise, ohne jedoch im Herzen wirkliche Sympathie für ihn zu empfinden, so werde ich mich nicht wundern dürfen, wenn meine Anstrengungen nur eine sehr vorübergehende, vielleicht auch gar keine Wirkung haben.

Es braucht mich auch nicht zu überraschen oder besonders zu kränken, wenn ich die Entdeckung mache, daß man mir hier und dort eine sogenannte Höflichkeitsfreundschaft zeigt, deren Kundgebungen auf keinem tieferen Gefühl beruhen.

Ganz gleich wie freundlich ich zu jemandem bin, wie nützlich ich mich ihm zu machen suche — wenn ich ihn in innerster Seele ernsthaft kritisiere und verurteile, muß ich scharfe Kritik und Verurteilung als meinen Anteil von andern hinnehmen.

Wir ernten, was wir säen. Manche Saat braucht längere, manche kürzere Zeit bis zur Ernte; einmal aber kommt der Zeitpunkt der Reife, sei die Ernte nun gut oder schlecht.

Sklavische Ergebenheit und Kriecherei in Liebe, Freundschaft oder Pflicht-

erfüllung ist niemals anzuraten. Ich glaube nicht, daß Gott selbst sich geschmeichelt fühlen mag (wenn man so sagen darf), wenn die Meisterwerke seiner Schöpfung sich als elende, wertlose Kreaturen, unwürdig seiner Beachtung, bezeichnen.

Wir sind Erben des himmlischen Königreiches und haben rechtmäßigen Anspruch auf Glück, Gesundheit und Erfolg. Welcher irdische Monarch z. B. möchte ein Vergnügen daran finden, seine Kinder vor sich im Staube kriechen zu sehen und sagen zu hören, sie seien unnütze Geschöpfe, nicht wert, ihm die Schuhbänder zu lösen! Würde er es nicht viel lieber haben, wenn sie mit stolz erhobenem Haupt in die Welt blicken, als wollten sie sagen: „Seht her, wir sind von königlichem Blut?“

Wir sollen immer an das Beste und an das Erhabene in uns glauben, auf unser Recht, zu lieben und geliebt zu werden, vertrauen und uns fest darauf verlassen, daß wir Glück zu geben vermögen und Glück empfangen werden, ebenso, daß unsre Arbeit und unser Streben von Erfolg gekrönt werden müssen, früher oder später. Dann aber sollen wir unsre Liebe, unsre Freundschaft austeilen, unsre Talente anwenden, unsre Arbeit tun, ohne ängstlich nach Erwiderung, nach Erfolg, nach Lohn Ausschau zu halten. Wenn wir auch mal einen Menschen lieben, der uns nicht wiederliebt, einem Bankerotteur beistehen, der sich nicht mehr revanchieren kann oder uns für jemanden abmühen, der keine Anerkennung für uns hat, so schadet das nichts. Uns entgeht vielleicht nur eine Zeitlang etwas, das uns später zehnfach zuteil wird. Von einer oder der andern Seite, nicht selten von vielen Seiten zugleich, empfangen wir Liebe, Dankbarkeit und Belohnung in reichem Maße.

Kopf nach Norden!

Ein berühmter englischer Nervenarzt behauptet, man müsse mit dem Kopf nach Norden liegen, wenn man sich stets eines festen, gesunden Schlafes erfreuen wolle. Um zu beweisen, daß diese Lage in der Tat die natürlichste und richtigste ist, führt der Engländer folgendes Beispiel an: „Wenn eine Mutter ihr kleines hilfloses Baby auf ein großes Bett niederlegt, aber nicht darauf achtet, ob des Kindes Kopf nach Norden gerichtet ist, wird sie sehr verwundert sein, das im festen Schlummer zurückgelassene Kleine nach einiger Zeit zwar noch schlafend, doch in ganz andrer Lage wiederzufinden. Das Kind dreht sich, selbst im tiefsten Schlaf, allmählich in den Kissen herum, bis es mit dem Köpfchen nach Norden deutet. Die Mutter staunt über die vermeintliche Kraftleistung ihres Säuglings. In Wahrheit hat das Kindchen aber gar nicht ohne Hilfe seine Lage verändert. Die Natur war die Helferin. Treu und gewissenhaft erfüllt diese stets ihre Arbeit. Sie steht allen Hilflosen bei und zeigt den Stärkeren den richtigen Weg.

Auch wir Erwachsenen sind in mancher Beziehung wie kleine Kinder, denen der zur Wahrheit führende Pfad gezeigt werden muß. Wir befinden uns in näheren Beziehungen zur Göttlichkeit, als wir ahnen. Diese Göttlichkeit spricht zu uns durch eine Stimme in unserm Innern, die Stimme unsres höheren „Ich“. Das Kind gehorcht dieser Stimme unbewußt; wir Großen aber sollen uns bemühen, auf die innere Stimme zu achten und ihrem Rat zu folgen. Sie wird uns nie einen falschen Weg weisen.



Gedankensplitter.

Von William Walker Atkinson.

Wahre dir die richtige geistige Haltung!

*

Aus der richtigen Haltung des Geistes entspringen die richtigen Gedanken, und Gedanken bekunden sich in Handlungen.

*

Wir sind zum größten Teil das, was wir in unserm Denken ernstlich zu sein wünschen.

*

Indem du deinem Ziel nachstrebst, wirst du vielleicht bald hierhin, bald dorthin schwanken. Bewahre deine geistige Haltung und achte darauf, welchen Weg sie dir weist. Gehe ihn, ohne Widerstand zu leisten. Oft erkennst du erst am Ziel, daß es der richtige Pfad war.

*

Lasse dich durch kleine Entgleisungen nicht entmutigen, wenn es dir auch manchmal scheint, als kämest du zu

langsam vorwärts; es genügt schon, wenn du nur überhaupt vorwärts kommst.

*

Sobald du überzeugt bist, auf dem richtigen Pfade zu sein, schreite freudig und zuversichtlich weiter, selbst wenn du nur wenige Zoll vor dir den Weg überblicken kannst.

*

Deine Gedanken haben die Eigenschaft eines Elektromagneten. Lasse dem Strom des Wunsches freien Lauf. Du wirst durch ihn Menschen, Dinge und Gelegenheiten an dich heranziehen, die dir zur Erreichung deines Ziels von grofsem Nutzen sein werden.

*

Denke nicht zu weit voraus, sondern verwende deine Aufmerksamkeit auf alles, was in erreichbarer Nähe ist. Tue stets die Arbeit, die dir am nächsten liegt, dann wird deine geistige Haltung nie aus dem Gleichgewicht geraten.

*

Ernstes Wünschen, vertrauensvolle Erwartung und freudiges Arbeiten sind die Hauptbedingungen zum Erfolg. Sie sind der dreifache Schlüssel zum Reich des Ruhmes, des Reichtums und des Glückes.



Verlust und Gewinn.

Viele Anhänger der „Neuen Gedanken" gestehen, daß sie unleugbar etwas wie einen Verlust empfanden, sobald sie zu der Erkenntnis gelangten, daß die Gottheit, die sie bisher als ein erhabenes äußeres Wesen sich dachten, in ihrem eignen höheren Selbst existiere. Es ist ein merkwürdiges Paradoxon, da einen Verlust zu fühlen, wo wir alles gewonnen haben. „Du bist göttlich — in dir schlummert das Wirkungsvermögen alles noch nicht kund gewordenen Guten!" Dieser von der höheren Philosophie als wahr bestätigte Gedanke hat etwas beseligendes. Selbstverständlich aber verschwindet nun die Gottheit, die wir uns als eine hehre Erscheinung vorstellten und bei der wir uns Rat und Trost holten. Sie ist mit uns verschmolzen und lebt in uns anstatt außerhalb unsres Seins.

Wer lange daran gewöhnt gewesen war, sich eine irgendwo im Weltall existierende, bis zum Tode völlig unsichtbar bleibende Gottheit im Geiste auszumalen, zu der man in persönliche Beziehungen treten könne, und wer nun eben erst in sich selbst diese Gottheit entdeckt hat, wird solange einen recht schmerzlichen Verlust empfinden, als er von seiner eignen geistigen Unvollkommenheit überzeugt sein wird. Sobald er aber zu einer höheren Stufe geistiger Entfaltung gelangt ist, wird ihm ein solcher Verlust nicht mehr fühlbar sein.

Ist ihm sein neuer Gewinn erst ganz vertraut geworden, erkennt er seine wahren Beziehungen zu dem Göttlichen in sich, das er in gleichem Maße in allen seinen Mitmenschen wiederfindet, dann werden Gefühle der Ruhe, des Glücks und der wahren Zufriedenheit über ihn kommen. Er wird den treuen, göttlichen Ratgeber nicht mehr im weiten Weltenraum, sondern in seinem Innern suchen und finden und auf die Stimme hören, die *in* ihm, nicht *zu* ihm spricht.



Briefkasten.

R. B. T. — Sie befinden sich in einer Lage, die Sie veranlassen wird, entweder sehr edel oder sehr schlecht zu handeln. Sie haben ein großes Problem zu lösen, einen schweren Kampf zu bestehen, aber Sie werden außerordentlich in Ihrer Selbstachtung steigen, wenn Sie als Sieger aus ihm hervorgehen. Besondere Umstände haben Sie in ein Netz verwickelt, aus dem Sie sich nur mit bedeutendem Kraftaufwand befreien können. Die rückhaltlose Äußerung Ihrer Liebe würde viel Unheil und tiefen Kummer auf die Frau, die Sie lieben, herabbeschwören; die Bedauernswerte müßte dadurch in eine Stellung geraten, in der sie den Verhöhnungen und Schmähungen der Menge preisgegeben wäre. Und Sie fragen da noch, was Sie tun sollen!

Wenn Sie darüber auch nur einen Moment im Zweifel sind, dann haben Sie die wahre Bedeutung des Wortes Liebe nie erfaßt. Die Liebe des Durchschnittsmannes ist freilich nichts anderes als das Verlangen nach dem Besitz des Weibes. Er ist der würdige Nachkomme seines Vorfahren aus der Steinzeit, der die Frau, die er liebte, mit einem Keulenschlag betäubte und sie nach dieser eigenartigen Brautwerbung bewußtlos in seine Höhle schleifte. Ich möchte nun nicht in den Verdacht kommen, Ihnen eine Moralpredigt halten zu wollen; es gibt noch einen andern Standpunkt, von dem aus man das, was Ihnen gesagt werden muß, betrachten kann. Und es sind andere Fragen da, die berücksichtigt werden müssen, als allein die, ob ein Mann nicht das Recht hat, sein Leben allen Konventionen zum Trotz auszukosten. Vor allem fragt es sich, durch welche Handlungsweise der Frau Schmerz und Sorge erspart bleiben. Es handelt sich hier also nicht darum, was in den Augen der Welt als Recht oder Unrecht gilt, sondern darum, ob Sie die Frau wirklich wahrhaft lieben und ob wahre Liebe ein solches Opfer verlangen darf. Ich kann und will Ihnen keine Vorschriften machen; Sie müssen sich von Ihrem innersten Gefühl, von der Stimme Ihres höheren „Ich" leiten lassen, dann werden Sie sicher das Richtige treffen. Nach meinem Dafürhalten muß sich der ehrlich und innig Liebende nicht zuerst fragen: „wie kann ich sie gewinnen?", sondern: „auf welche Weise verschaffe ich ihr das wahre Glück?" Wenn Ihre seelischen Eigenschaften genügend entwickelt sind, wird Ihr erster Gedanke sein, für das Wohl der Frau, die Sie lieben, Sorge zu tragen. Erfordert dieses Wohl es nun, daß Ihre Lebenswege sich vorläufig trennen, dann dürfen Sie keinen Moment zögern, eine größtmögliche Entfernung zwischen sich und den Gegenstand Ihrer Liebe zu legen. Ich pflege sonst durchaus nicht der ergebungsvollen, von übertriebener Pflichttreue diktierten Entsagung das Wort zu reden; meine Überzeugung ist im Gegenteil, daß jeder Mensch ein Anrecht auf Glück und Liebe hat und diesen Anspruch gar nicht energisch genug geltend machen kann. In diesem Falle ist aber von keiner Entsagung aus bloßem Pflichtgefühl die Rede; es handelt sich einzig darum, was eine große, selbstlose Liebe tun würde, um dem geliebten Gegenstand schweres Ungemach zu ersparen und Ruhe und Frieden zu sichern. Es handelt sich darum, den niederen Wunsch nach dem Besitz der Geliebten dem erhabenen Wunsch, ihr Wohl zu festigen, unterzuordnen. Überdenken Sie das hier Gesagte ernsthaft und tun Sie dann, was Ihnen Ihr Herz gebietet; mögen Sie nun meinem Rat folgen oder nicht.

* * *

I. H. C. — Ihre Anfrage entlockt einem unwillkürlich ein Lächeln, obwohl Ihnen die Sache ohne Zweifel gar nicht lächerlich erscheinen mag. Sie sagen, Sie seien Ihrer Gattin sehr gut und täten nach Ihrer Meinung alles, was ihr das Leben angenehm machen müßte, daß sie aber trotzdem nicht glücklich sei und zwar, weil „Sie ihr nicht genug Lob spenden" und infolgedessen seien Sie beide elend. Wie Sie denken, sollte Ihre Frau es wissen und fühlen, daß Sie ihr sehr zugetan sind und sie bewundern, ohne daß Sie es ihr beständig sagen. Ich muß Ihnen gestehen, daß ich Sie für etwas naiv und für einen schlechten Frauenkenner halte. Ich werde Ihnen nun gewiß keine sehr befriedigende Erklärung geben können; denn das, was Sie an Ihrem Weib als „Unvernunft" tadeln, ist eine Schwäche, die im Innersten der uns stets rätselhaft bleibenden Frauennatur wurzelt. Es heißt, die Durchschnittsfrau würde viel lieber einen Mann haben, der wenig für sie tut, sie aber verschwenderisch mit Lobhymnen und Schmeicheleien bedenkt, als einen Gatten, der sich für sie aufopfert, doch in der Kunst, ihr Nettes zu sagen und sie mit zärtlicher Aufmerksamkeit zu verwöhnen, gänzlich unerfahren ist. Als ich vor Jahren diese Behauptung vernahm, schüttelte ich ungläubig den Kopf. Nachdem ich dieses Thema jedoch mit einigen mir befreundeten Damen, die weder arm an Intelligenz, noch an Geist sind, ausführlich erörtert hatte, kam ich zu der Schlußfolgerung, daß in obigem Urteil über die Frau viel mehr Wahrheit enthalten ist, als ich anfangs glaubte. Natürlich sind nicht alle Frauen gleich; aber es gibt ohne Frage weit mehr Vertreterinnen holder Weiblichkeit, auf die jenes Urteil paßt, als solche, auf die es nicht anzuwenden wäre. Am besten würde es für Sie also jedenfalls sein, sich darin zu üben, Ihre Lebensgefährtin mit Schmeicheleien und Zärtlichkeiten zu erfreuen. Vielleicht prüfen

Sie selber sich einmal ehrlich, ob auch Sie nicht empfänglich für handgreifliche und hörbare Liebesbeweise von seiten Ihrer Gattin sind und sich verstimmt fühlen, wenn diese harmlosen Süßigkeiten des Daseins einmal nicht so reichlich gespendet werden. Warum aber das, was Sie selbst gern empfangen und ungern vermissen, nicht auch der Partnerin zukommen lassen, die schließlich doch denselben Anspruch darauf hat? Wir Männer sind aber meist nur zu bereit, Frauen wegen solcher und ähnlicher kleiner Schwächen zu tadeln, von denen wir selber keineswegs frei sein dürften, was wir freilich nur selten eingestehen werden, während das Weib es gar nicht leugnet, daß es ein Faible für zärtliche Schmeicheleien hat. Bezeichnend für diesen Zug der menschlichen Natur, diesen Hunger nach Lobeserhebungen ist nachstehendes Geschichtchen. In New York lebt ein Neger-Ehepaar, das im Ruf steht, unbeschreiblich glücklich zu sein. Wenn man nun annimmt, der Mann trage sein schwarzes Weibchen sozusagen auf Händen und komme seinen Pflichten als Ernährer und Erhalter des kleinen Hausstandes getreulich nach, der irrt gewaltig. Die ebenholzfarbene Hannah hat einen großen, dicken, unsagbar faulen Gatten, der nur bei zwei Dingen seine Faulheit ablegt: beim Essen und beim Hersagen von Schmeicheleien, die durch feurige Küsse bekräftigt werden. Und diese Schmeicheleien und Küsse betrachtet Hannah als vollgültigen Preis für harte, schwere Wascharbeit, die sie von früh bis in die sinkende Nacht, tagaus, tagein verrichtet, um ihrem schwarzen Gemahl ein behagliches Leben zu verschaffen. Er selber rührt keinen Finger, sondern schläft lange, bummelt dann durch die Straßen und findet sich pünktlich zu den Mahlzeiten, bei denen es stets Leckerbissen für ihn gibt, bei seinem Weibchen ein. Überall, wo sie es hören kann, erzählt Sam, seine Frau sei ein Juwel; er sei außerordentlich stolz auf sie und verliebe sich täglich mehr in ihre Tugenden und ihre Schönheit. Ihr selber versichert er unermüdlich, daß sie immer hübscher werde und daß es in der ganzen Stadt keine zweite Frau gäbe, die sich mit ihr messen dürfte. Dieser schwarze Schlaukopf hat in der Tat das Problem gelöst, das manchem seiner weißen Brüder vergebliches Kopfzerbrechen verursacht.

* * *

D. C. W. — Sie fragen, ob es Unrecht sei, nur aus Vergnügen am Sport Wild zu erlegen. Ich möchte mir nun kein Urteil über den Jagdsport im allgemeinen erlauben, jedenfalls aber bin ich der Ansicht, daß der Mensch nach und nach dazu kommen wird, es als etwas verabscheuungswürdig Grausames zu betrachten, irgend ein Geschöpf aus purer Lust am Töten umzubringen. Zu dieser Erkenntnis muß aber jeder Anhänger des Waidwerks und jeder Vogelschütze, der das Morden gefiederter Kreaturen aus Liebhaberei betreibt, in eigenster Person gelangen. Auch ich pflegte als halbwüchsiger Bursche Freude daran zu haben, Vögel niederzuknallen, aber ich bekam bald genug davon. Als ich eines Tages mit meiner kleinen Flinte nach der Scheibe schoß, machte mich ein Vorübergehender auf einen Raben aufmerksam, der in ziemlicher Entfernung auf der Spitze eines Pfahles saß. Ich hätte es sonst kaum versucht, aus so großer Distanz einen Schuß zu wagen; das etwas spöttische Lächeln des Mannes aber reizte mich, ich legte an und feuerte. Ganz gegen mein Erwarten flatterte der Vogel getroffen zu Boden. Nie werde ich den Blick vergessen, der mich aus den brechenden Augen des Tieres traf, das selbst im Todeskampf noch das Futter im Schnabel behielt, das es ohne Zweifel seinen Jungen hatte hintragen wollen. Man mag mich auslachen, aber mir war es, als lag etwas seltsam Menschliches in dem Blick des zerfetzten, blutenden Geschöpfes. Ich hatte das Gefühl, ein Mörder zu sein, und manches Mal quält mich diese Empfindung noch heute. Der Gedanke an jene kleinen Nestlinge, die vergebens auf die Rückkehr der Muttur warteten, verfolgte mich lange Zeit. Mein Suchen nach dem Nest war nutzlos, was mich tagelang ganz schwermütig machte. Niemals wieder ist in mir der Wunsch wach geworden, ein Tier aus Lust am Sport zu töten. Ähnliches haben manche passionierten Jäger erlebt. Nachdem sie einmal den erbarmungswürdigen, menschengleichen Blick eines tödlich verwundeten Wildes aufgefangen haben, verlieren sie jede Freude an der Jagd.

* * *

S. L. B. — Sie werden die sich bahnbrechenden neuen Ideen nicht durch Ihre spöttischen Angriffe aufhalten. Ihre Verhöhnungen werden den Fort-

schritt nicht hindern. Für Sie wäre es besser, Sie schlössen sich dem Zuge an; sonst aber machen Sie nur, daß Sie aus dem Wege kommen, wenn Sie nicht in Gefahr geraten wollen. Ihr Verhalten erinnert mich an eine Straßenszene, deren Zeuge ich kürzlich wurde. Ein elektrischer Motorwagen fuhr in langsamem Tempo eine sehr verkehrsreiche Straße entlang. Da sprang plötzlich ein großer, gelbhaariger Hund vor das Gefährt und blaffte es aus Leibeskräften an. Der offenbar zum ersten Male vom Lande in die Großstadt gekommene Vierfüßler schien an dem Ungetüm von Wagen keinen Gefallen zu finden und empört darüber zu sein, daß es sich inmitten der breiten Allee ungehindert fortbewegen durfte. Das Gekläff des Hundes wurde von Sekunde zu Sekunde wütender, besonders als der Motorfahrer mit Vehemenz die schrille Glocke läutete und mit der zum Weichenstellen dienenden Eisenstange nach ihm schlug. Das Tier ließ sich jedoch nicht verjagen. Immer wieder sprang es am Vorderperron empor, schnappte nach dem Führer und gebärdete sich wie toll. Selbst die Püffe, die dem Hunde, sobald er sich zu sehr näherte, von der Fangvorrichtung am Wagen verabfolgt wurden, genügten nicht, um ihn zu verscheuchen. Nun bog das Gefährt in eine weniger belebte Straße ein und der Führer beschleunigte das Tempo ganz plötzlich. Ehe er es sich versah, wurde der vierbeinige Krakeeler von dem Sicherheitstender aufgefangen und entführt. Eine Weile lag das Tier ganz regungslos auf der Vorrichtung, dann aber sprang es in weitem Satz auf die Straße und stürmte mit eingekniffenem Schwanz, ohne sich noch ein einziges Mal umzusehen oder zu bellen, in wildem Lauf davon. Jedenfalls wird dieser Hund es sich an der in bezug auf die Natur eines Motorwagens gemachten Erfahrung genügen lassen. Vielen Menschen ergeht es ähnlich wie diesem Hunde. . . .

* * *

Ein Student fragt: „Welcher Art sind Ihre Ideen über Liebe? Ist die Liebe zwischen den Geschlechtern unvereinbar mit der höchsten geistigen Entfaltung? Und ist diese letztere nicht dazu angetan, die Anziehungskraft zwischen Mann und Weib zu zerstören?" Gemach, gemach! Man erkennt sofort, daß man es mit einem Vertreter des sogenannten starken Geschlechts zu tun hat. Keine Frau würde jemals solche Fragen stellen. Mit dem, was das Ewig-Männliche von der Liebe nicht weiß, könnte man Bücher füllen. Nun möchte ich wohl wissen, was Sie eigentlich unter „Liebe" verstehen. Wenn Sie nur die sinnliche Begierde meinen, so würde eine hohe geistige Entwicklung in der Tat dazu neigen, jene zu vernichten. Ebenso aber würden solche animalischen Begierden, wenn wir ihnen Gewalt über uns einräumen, jedes Bestreben, geistige Fähigkeiten in uns zu entfalten, unterdrücken und zerstören. Können Sie sich denn gar nicht vorstellen, daß es noch anderes gibt, was die Geschlechter zueinander zieht, als ein auf so primitiver Grundlage beruhendes Gefühl? Erblicken Sie keinen Unterschied zwischen der Liebe eines Kaffern und der eines hochgebildeten, zivilisierten Mannes? Glauben Sie, daß eine liebende Hottentottin sich genau so gibt wie eine feinfühlende, geistig hoch entwickelte Kaukasierin? Ich will die zärtlichen Empfindungen wilder Völker nun keineswegs verurteilen. Das Empfindungsleben jedes Menschen richtet sich eben nach der Phase seiner geistigen Entwicklung. Und wir wissen, daß es etwas Schöneres gibt, als die Liebesleidenschaft eines auf sehr niedriger geistiger Stufe stehenden Wilden. Wenden wir uns einmal der Klaviatur eines Pianos zu. Da haben wir es mit einer Anzahl von Oktaven zu tun. Schlagen wir das unterste C an, so hören wir einen sehr tiefen, dunkeln Ton. Das C eine Oktave höher klingt schon anders, und so wird der Ton immer höher und heller bis zum höchsten C. Der Unterschied ist schon beträchtlich zwischen dem C der beiden unmittelbar aufeinander folgenden Oktaven, doch geradezu gewaltig ist er zwischen den gleichen Tönen der tiefsten und höchsten Oktave. So verschieden sie aber auch klingen, sind doch in jeder Oktave genau dieselben Töne vorhanden. Denken Sie ein wenig darüber nach, dann werden Sie vielleicht verstehen, was ich mit diesem Vergleich sagen will. Hohe geistige Entfaltung „zerstört" keineswegs irgend etwas, das an und für sich gut ist; sie hebt im Gegenteil das Gute nur mehr hervor, indem sie es auf eine höhere Stufe stellt. Sorgen Sie sich nicht so viel darum, ob dies oder jenes auch mit der höheren geistigen Entwicklung vereinbar sei. Bleiben Sie nur darauf

bedacht, daß die Entwicklung selber sich wirklich vollzieht. Wenn Sie stetig darin fortschreiten, werden die unerwünschten und mit der höheren Entfaltung nicht vereinbarende Dinge schon ohne Ihr Dazutun von Ihnen abfallen, wie die verbrauchte Haut von der Schlange abfällt. Von vielen Dingen werden Sie sich fast unbewußt trennen, weil Sie ihrer nicht mehr bedürfen, nicht etwa, weil sie nichts taugen. Und, o Wunder! Sobald Sie ein höheres Niveau erreicht haben, finden Sie vieles, dessen Sie sich entäußert haben, in andrer und besserer Form wieder; und Sie können es getrost benutzen, denn es eignet sich in seiner neuen Gestalt durchaus für die Phase, in der Sie sich befinden. Merken Sie sich, daß alle Dinge gut sind, wenn wir sie richtig anwenden, daß aber kein Ding gut ist, wenn es Gewalt über uns bekommt und uns benutzt.

Unsere Zugehörigkeit zu Gott in der Natur.

Von Uriel Buchanan.

Du gibst deinem Leben eine neue Richtung, wenn es dir gelingt, Hirn und Nerven so abzustimmen, daß sie es fühlen, wie die mächtigen Wogen des Ozeans göttlicher Vitalität gegen deine Seele branden. Sobald du dir der unendlichen Kräfte bewußt geworden bist, die unlöslich jedes Atom deines Seins durchdringen, wirst du eine Öffnung in der geistigen Wand erblicken, die dir bisher die Aussicht auf eine wunderbare Welt versperrte.

Versenkt man sich in den Anblick des herrlichen Farbenspiels, das nach Sonnenuntergang oder bei Tagesanbruch am Horizont erscheint; bleibt man in ständiger Berührung mit der schöpferischen Macht, die so viel Schönes hervorrief; lebt man in Harmonie mit den unaufhörlich pulsierenden Naturkräften — dann öffnet sich das Herz weit dem magischen Einfluß des göttlichen Feuers elementarer Empfindung und erweckt in der Seele ein unendliches Sehnen, die Wahrheit des Seins zu ergründen.

Während in dir der Wandlungsprozeß zu einer höheren Organisationsordnung von Körper und Geist sich vollzieht, wird dir immer deutlicher die liebreiche Berührung der unsichtbaren Hand fühlbar werden. In jedem Baum, in jeder Pflanze und jeder Blume, in dem Landschaftspanorama, über dem sich der blaue Himmelsdom wölbt, wirst du das unermüdliche, geduldige Wirken der unendlichen, allgegenwärtigen Macht erkennen, und dein Glaube an diese hehre Macht wird erstarken.

Man beobachte einmal mit wirklichem Interesse die Vorgänge in der Natur, die gerade in der Pflanzenwelt wahre Wunder bewirkt. In jeder dem Licht sich erschließenden Blüte, in dem Entfalten jeder einzelnen Blattknospe, in dem Duft jeder wohlriechenden Blume haben wir ein staunenswertes Wunder vor uns. Wenn wir am frühen Morgen, von Sorgen frei, durch Wald und Flur wandern und mit Entzücken all die Herrlichkeiten der Natur um uns her betrachten, dann fühlen wir uns jener gewaltigen Macht, die so Köstliches zu schaffen vermag, ganz besonders nahe. Das Herz der Natur birgt einen Balsam für jedes Leid. Wer blind ist für ihre Schönheiten, taub für ihre Harmonien, dem entgeht vieles, was dem Leben Süßigkeit verleiht.

Um die gewaltigen Kräfte der Natur anzurufen und sie zu veranlassen, uns mit moralischer Stärke und Liebe zu erfüllen, müssen wir nur so empfinden, wie ein reines Herz zu empfinden vermag, nur so viel wissen, wie unser Geist zu erforschen und aufzunehmen imstande ist, und stets das tun, wozu ein entschlossener Wille uns befähigt. In dieser Schule der uns umgebenden Wirklichkeit wird der eindrucksfähige Geist die tiefere Bedeutung des Lebens verstehen lernen, und eine Ahnung von seiner verborgenen Schönheit und Erhabenheit wird in unserer Seele aufgehen. Wir werden es ganz allmählich immer klarer erkennen, daß neue Kräfte von uns Besitz ergriffen haben, die uns mit Hoffnung erfüllen, wo bisher Verzweiflung herrschte, mit Entzücken, wo Kummer war, und durch Willensstärke die uns elend machende Schwäche ersetzen. Der Schlüssel zum Reich wahrer Freude und befriedigender Genüsse ist in erreichbarer Nähe jeder Hand plaziert. Wer nach ihm sucht, muß und wird ihn finden. Mag uns die Erkenntnis der in uns schlummernden Fähigkeiten nun auf diese oder jene Weise kommen, sobald sie da ist, wird sie jede Faser unsres Seins mit neuer Lebensfähigkeit durchtränken und bisher nicht gekannte Empfindungen wachrufen. Unsere geistige Entwicklung wird dann nicht mehr ge-

hemmt durch verstimmende Gedanken und selbstsüchtige Wünsche. Wir werden mit unerschütterlichem Vertrauen unserm Ziel zustreben und uns nicht durch falsche Lockungen beirren lassen. Wir wissen, daß die Siegespalme nur dem winkt, der durch ernstes Mühen ein Anrecht auf sie erworben hat. Visionen zukünftigen Glückes werden uns Kraft und Mut geben und es uns leicht machen, auf alle jene Dinge zu verzichten, deren Besitz uns einst erstrebenswert erschien, von denen wir jetzt aber wissen, daß sie uns in den engen Grenzen fruchtlosen Sehnens festhalten würden.

Die Erkenntnis seiner Zugehörigkeit zur Gottheit kommt dem Menschen am ehesten und intensivsten in der Einsamkeit, inmitten einer schönen Natur. Wenn er allein über sonnenbestrahlte Hügel und durch blühende Täler wandert, fühlt er sich von so erhabenen Empfindungen durchschauert, wie er sie im Gedränge und Getriebe der Menschen nie kennen gelernt. In den großen Städten atmet man verbrauchte Luft, die überdies mit schädlichen Dünsten und Mikroben aller Art geschwängert ist. Man prallt beständig mit der hastig vorwärts drängenden Masse zusammen. In dem heißen Kampf ums Dasein, in dem fieberhaften Streben nach Reichtum und materieller Macht rennt einer den andern rücksichtslos über den Haufen.

Unbehelligt dagegen bewegt man sich in Gottes freier Natur, atmet mit Wonne ihren erfrischenden Odem ein. Aus ihrem reinen Quell fließt der nie versiegende Strom der Lebenskraft, der das ganze Menschengeschlecht zu regenerieren vermag. Die geistigen Größen jeder Nation, in jeder Epoche der Weltentwicklung, haben ihre mächtigsten Ideen, ihre bedeutendste Schaffenskraft direkt von der Natur empfangen. Alle erhabenen Menschenwerke sind das Resultat von Inspirationen, die in Stunden stillen Grübelns dem Geist zuteil werden, der sich zu einsamen Höhen aufschwingt, um dort kristallene Gedankentropfen aus dem Born der Wahrheit und Weisheit aufzufangen.

Tonangebende Männer und Frauen der „großen Welt" mögen flüchtiges Glück in den lauten Lustbarkeiten des modernen gesellschaftlichen Lebens finden, sie mögen sich im Strudel des Vergnügens eine Weile wohl und zufrieden fühlen — es kommt aber für jeden von ihnen der Moment des Erwachens, und der wird sie mit unsagbarer Unruhe und Furcht erfüllen.

Wer aber Glück im tiefen und doch so beredten Schweigen der Natur sucht, wer über den weltlichen Genüssen die der stillen geistigen Betrachtung nicht vernachlässigt, vermeidet alle Strudel und Klippen im Lebensozean. Er schwimmt unbehindert auf offenem Meere; die unbegrenzte Flut der Gedanken hebt ihn zu den höchsten Wogengipfeln empor. Für ihn gibt es nur das Erwachen, das ihm die Verwirklichung seines erhabensten Wunsches — die Vereinigung mit der Gottheit — bringen dürfte...



Richtiges Atmen als göttliches Gebot.

Von Dr. Paul Edwards.

So häufig das Atmungsthema auch schon erörtert worden ist, nehme ich es wieder einmal auf, da es nicht oft genug wiederholt werden kann. Die Menschen scheinen es immer wieder zu vergessen, daß sie nur durch richtiges Atmen in Verbindung mit Leibesübungen und reichlicher Wasseranwendung, innerlich und äußerlich, sich gesund erhalten und ihr Leben verlängern können. Das Blut hat, indem es beständig zu allen Zellengeweben unsers Körpers fließt, einen doppelten Zweck zu erfüllen. Es trägt erstens allen Teilen des physischen Organismus Sauerstoff zu und entfernt zweitens die ausgenutzten Nahrungssubstanzen, die sich überall ansammeln. Diese für den Körper wertlos und geradezu giftig gewordenen Stoffe und Gase führt das Blut auf seinem Wege zum Herzen und von da zur Lunge mit sich fort. In der Lunge entledigt es sich seiner unbrauchbaren Beimischungen und sucht ein frisches Quantum Sauerstoff aufzunehmen.

Wenn dieser Sauerstoff infolge unrichtigen Atmens nicht zur Verfügung steht, kann das Blut die schlechten Stoffe nicht absondern. In kurzer Zeit wird so der gesamte Organismus mit schädlichen Substanzen angefüllt und die Folge davon ist, daß sich an der Oberfläche der Haut Pusteln und Ausschlag aller Art bilden, daß die Verdauungsorgane nicht ordnungsgemäß funktionieren und daß schließlich die

Nerven in Mitleidenschaft gezogen werden, mit einem Wort, daß der ganze Mensch mehr oder minder gefährlich erkrankt. Und das alles kann durch vernünftiges Atmen vermieden werden.

Das richtige Atemholen ist in der Tat eine uns von Gott auferlegte Pflicht. Gott gab uns die Luft, als er uns schuf, und versah uns mit dem Organ, das zur Einatmung der zu unserer Existenz notwendigen Luft dienen soll. Ich bin der Überzeugung, daß unrichtiges, unverständiges Atmen eine ebenso große Sünde ist, wie die Vergewaltigung andrer Naturgesetze und wie manches, was die menschliche Gesellschaft als verbrecherisch brandmarkt. Wir haben keinen Anspruch auf Wohlbefinden und Gesundheit, wenn wir in so törichter Weise gegen die einfachsten Gebote unsres Schöpfers verstoßen.

Richtiges Atmen gehört mit zur Ausübung der Lehren, die uns die geistige Wissenschaft gibt. Alle wahren Anhänger der geistigen Wissenschaft versäumen es nie, täglich zu bestimmten Zeiten gewissenhafte Atmungsübungen vorzunehmen und auch sonst stets tief und gründlich zu atmen. Wir müssen immer der Tatsache eingedenk bleiben, daß wir mit dem richtigen Atmen nicht nur unsre Gesundheit fördern und erhalten, sondern geradezu ein göttliches Gebot erfüllen.

In vielen Stellen der Bibel findet man den Atem als „Leben", als „Geist" und als „Lebensgeist" bezeichnet. Jedenfalls darf unrichtiges Atemholen mit voller Berechtigung als die hauptsächlichste Ursache zahlreicher Krankheiten hingestellt werden. Schwindsucht vor allem würde ganz aus der Welt verschwinden, wenn die Menschen von klein auf an richtiges Atmen gewöhnt werden möchten.

Jeder Erwachsene suche an seinem Organismus gutzumachen, was irgend noch möglich ist. Sobald man über einige Minuten Muße verfügt, ganz gleich zu welcher Tageszeit, setze man sich still nieder und atme langsam und tief, aber ungezwungen mehrere Male ein und aus. Man achte darauf, daß der Atem auch den Leib dehnt, nicht nur die Brust. Dann lasse man gleichfalls seine Gedanken ganz bei der Sache sein; man erinnere sich eben stets, zu welchem Zweck man so atmet. Das Vorhandensein reiner Luft in dem Raum, in welchem man die Übungen vornimmt, ist selbstverständlich. Am besten wirken die Übungen, wenn man sie im Freien oder doch am offenen Fenster ausführt. Auf jedem Spaziergang atme man tief und lang.

Die Erkenntnis des „Ich bin" ist einfach eine Verwirklichung geistiger Oberhoheit und die Macht, durch die Regeneration des Geistes und Denkens den Körper gewissermaßen zu erneuern.

Wähle!

Prüfe dich, ob du Reichtum oder Glückseligkeit willst! Willst du nun Reichtum, so wisse, dafs Reichtum weder ein Gut ist, noch durchaus in deiner Macht steht! Willst du aber Glückseligkeit, so wisse, dafs sie ein Gut ist und in deiner Macht steht! Denn der Reichtum ist ein zeitweises Darlehen des Schicksals, die Glückseligkeit hängt vom freien Willen ab. Epiktet.

*

„Das Fatum, das uns drückt, ist die Trägheit unseres Geistes. Durch Erweiterung und Bildung unserer Tätigkeit werden wir uns selbst in das Fatum verwandeln. Alles scheint auf uns hereinzuströmen, weil wir nicht herausströmen. Wir sind negativ, weil wir wollen; je positiver wir werden, desto negativer wird die Welt um uns herum, bis am Ende keine Negation mehr sein wird, sondern wir alles in allem. Gott will Götter!" Novalis.

*

Lerne dich selbst erkennen an andrer Fehler und eignen; doch noch mehr an dem, wie du andrer Fehler beurteilst. Lavater.

*

Wenn sich Tugend findet, werden alle Laster als solche erkannt. Emerson.

Verantwortlicher Redakteur: H. J. MacDonald, Berlin W. 8, Leipzigerstr. 101/102.
Druck: Naucksche Buchdruckerei, Berlin S. 14.


In unserem Verlage ist erschienen:

Die neue Weltanschauung

oder

Das Wesen der Neuen Gedanken

von

William Walker Atkinson.

Der geniale Verfasser des Buches über die „Gedankenkraft“ tritt hier mit einem neuen und ungewöhnlich bedeutenden Werke vor das Publikum.

„Die neue Weltanschauung“ ist eine Tat. Das Werk eröffnet ganz neue Einblicke in die Welt und die Menschenherzen. Es lehrt uns über vieles, was wir tun und wollen und sehen, ganz anders denken als wir in hergebrachter Art zu denken gewohnt sind. Die Ideen, die Atkinson in diesem Buche niedergelegt hat, erfüllen unser Herz mit Freude und bringen dem Niedergedrückten, dem Leidenden Trost und Erhebung.

„Die neue Weltanschauung“ überzeugt und begeistert. In der uns aus seinen früheren Schriften bekannten klaren, einfachen und eindringlich warmen Sprache behandelt Atkinson in diesem seinen neuen Werke viele wichtige und tiefgreifende Fragen. Unter anderem spricht er in den einzelnen Kapiteln über die Einheit des Alls, — über die Unsterblichkeit, — über die anziehende Kraft der Gedanken, — die unwiderstehliche Macht der Gedankenwellen, — die Strahlen der Gedanken, — der Weg zum Erfolg, — über das Unsinnige der Furcht, — Menschliche Geheimnisse, — Geheimnisse des Orients, — den Ursprung der Gedankenwellen, — die Entwickelung der schlummernden Eigenschaften usw. Das Werk beschäftigt sich ferner mit der Frage vom Ursprung des Lebens, — mit dem Glauben, der dem Wissen entspringt, — der ursachlosen Ursache, — mit der Steigerungsfähigkeit der Sympathie, — mit der Schätzung der Gegenwart, — mit der Verwirklichung der Kräfte, — mit der Erreichung des wahren Glückes, — mit der Freude und dem Verständnis des Lebens.

Das Werk wird jeder Bibliothek zur schönsten Zierde gereichen.

Die neue Weltanschauung

Preis elegant gebunden franko Mark 5,—.

Psychologischer Verlag

Berlin W. 8, Friedrichstr. 59/60.